



**ØSTFOLD**  
FYLKESKOMMUNE



# Østfold i bevegelse

Regional plan for idrett,  
friluftsliv og fysisk aktivitet  
**2018–2029**

Vedtatt av fylkestinget 20.6.2018.

# Innhold

<b>Kapittel 1: Østfold i bevegelse</b>	<b>4</b>
1.1 Tema for planen	4
1.1.1 Idrett	5
1.1.2 Friluftsliv	6
1.1.3 Hverdagsaktivitet	8
1.2 Definisjon av sentrale begreper	8
1.3 Gjeldende plan	10
1.4 Planens innretning og avgrensning	10
1.5 Nasjonale føringer	10
1.6 Regionale føringer	13
1.6.1 Fysisk aktivitet som fremmer verdiskaping og kompetanse	13
1.6.2 Fysisk aktivitet for bedret folkehelse og levekår	13
1.6.3 Fysisk aktivitet som ivaretar klima og miljø	14
<b>Kapittel 2: Status og hovedmål</b>	<b>16</b>
2.1 Status fysisk aktivitet og anlegg	16
2.1.1 Indikatorer	17
2.2 Hovedmål for planen	17
<b>Kapittel 3: Innsatsområder</b>	<b>18</b>
3.1 Aktiv hele livet	18
3.2 Varierte anlegg, områder og ferdselsårer	21
3.3 Prinsipper for lokalisering, areal- og virkemiddelbruk	22
3.4 Kunnskap og innovasjon	25
3.5 Verdiskaping og fysisk aktivitet	25
3.6 Avklaring av målkonflikter	28
<b>Kapittel 4: Aktørene: stat, fylke, kommune, organisasjoner, næringsliv</b>	<b>29</b>
4.1 Føringer for fylkeskommunale oppgaver	29
4.2 Føringer for kommunene	32
4.3 Føringer for interesseorganisasjoner og næringslivet	32
<b>Kapittel 5: Retningslinjer for anleggsutvikling, arealbruk og lokalisering</b>	<b>34</b>
<b>Kapittel 6: Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet</b>	<b>36</b>

# Forord

Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2018–2029 er en rullering av Regional plan for fysisk aktivitet. Forrige plan (2011-2014) hadde to atskilte deler, en for idrett og en for friluftsliv, begge med egne målsettinger og strategier. Denne planen (2018–2029) kombinerer disse to områdene, slik at den framstår helhetlig i målsettinger, strategier og handlingsprogram. I tillegg er temaet fysisk aktivitet integrert i planen. I arbeidet med den nye regionale planen oppsto navnet på planen; «Østfold i bevegelse». Navnet henspiller på hovedmålet for planen som er «økt fysisk aktivitet for alle».

For å lykkes med «økt fysisk aktivitet for alle» må alle samfunnsaktører delta i arbeidet. Kommunene står i en særstilling for å lykkes med målsettingen, gjennom sine virksomheter som barnehage, skole, kultur, teknisk, samferdsel og flere, samt gjennom planleggingsansvaret. Likeens har fylkeskommunen sentrale virkemidler for å lykkes med å få flere østfoldinger i fysisk aktivitet.

Friluftslivets og idrettens organisasjoner, både lokalt og regionalt har et stort bidrag til å nå målsettingene gjennom omfattende frivillig innsats. Eksempelvis bidrar idrettens egen-

genererte inntekter til idrettsaktivitet og anlegg med mer enn tre ganger innsatsen fra staten på dette området.

For å lykkes med å nå målet om «økt fysisk aktivitet for alle» definerer planen fem områder for innsats. Disse er vist i kapittel 3. Innenfor hvert område er det gitt en beskrivelse av hva vi forstår med og inkluderer i dette området. Videre er det beskrevet målsettinger innenfor hvert innsatsområde («Slik vil vi ha det»). Kapittel 6 konkretiserer målsettinger og strategier («I Østfold vil vi») i et handlingsprogram, med tiltak innenfor hvert enkelt område. Der angis også tidsperspektiv og hvem som har ansvar for gjennomføring.

Nytt i denne versjonen av planen for fysisk aktivitet er retningslinjer for anleggsutvikling, arealbruk og lokalisering. Disse er ment som «veivisere» for alle som planlegger anlegg for fysisk aktivitet.

Vi takker alle våre samarbeidsaktører for deltagelse og gode innspill i planprosessen. Uten at hele Østfold-samfunnet deltar vil vi ikke lykkes med våre felles ambisiøse målsettinger.

**Ole Haabeth**  
Fylkesordfører







## Kapittel 1

# Østfold i bevegelse

### 1.1 Tema for planen

Østfoldsamfunnets mål for arbeidet med «Regional plan for fysisk aktivitet» er økt fysisk aktivitet. For å lykkes med dette må planen beskrive hvordan vi kan kombinere tilgjengelig kunnskap og forskning om fysisk aktivitet med de ulike virkemidlene Østfoldsamfunnet har til rådighet.

Fysisk aktivitet fremmer helse og gir overskudd og det er overbevisende dokumentasjon om en rekke helsegevinster ved regelmessig fysisk aktivitet for alle aldersgrupper. Videre er fysisk aktivitet et viktig og veldokumentert virkemiddel i forebygging og behandling av mange ulike diagnoser og tilstander.

Nasjonale myndigheter utga i 2014 nye nasjonale anbefalinger om fysisk aktivitet og stillesitting (IS-2170). Anbefalinger for barn og unge er «60 minutter fysisk aktivitet hver dag. Aktiviteten bør være av moderat eller høy intensitet. Minst tre ganger i uka bør aktiviteter med høy intensitet, som gir økt muskelstyrke og

som styrker skjelettet inkluderes. Fysisk aktivitet utover 60 minutter daglig gir ytterligere helsegevinst. Stillesitting bør reduseres».

Anbefalinger for voksne er «150 minutter med moderat fysisk aktivitet eller 75 minutter med høy intensitet per uke. Ytterligere helsegevinst for voksne oppnås ved økt mengde og intensitet. Øvelser som gir økt muskelstyrke til store muskelgrupper bør utføres to eller flere dager i uken. Stillesitting bør reduseres».

Beregninger gjort av Helsedirektoratet (IS-2167) viser at fysisk aktive vinner i gjennomsnitt åtte leveår med god helse (kvalitetsjusterte leveår) i

et livsløpsperspektiv. Dette betyr både økt levetid og økt livskvalitet, sammenlignet med personer som er inaktive. En fysisk aktiv befolkning er robust, lite syk og kan være i arbeid lenger. Dette er sentralt for god samfunnsøkonomi.

Å gå fra å være inaktiv til moderat fysisk aktiv gir høyest gevinst. Hvis andelen som er inaktive og utilstrekkelig aktive øker sitt fysiske aktivitetsnivå til fysisk aktive, vil det kunne gi en potensiell velferdsgevinst tilsvarende 239 milliarder kroner pr år, jfr en analyse utført av Vista Analyse i 2016. Gange er den vanligste aktivitetsformen i alle aldersgrupper og sosioøkonomiske grupper i Norge, og folk flest trener uorganisert.

Med unntak at de yngste barna er det fysiske aktivitetsnivået i den norske befolkningen lavt. Dette er særlig knyttet til at samfunnets krav til kroppsbruk, såkalt hverdagsaktivitet, har blitt kraftig redusert de senere årene. Undersøkelser på Østfold-nivå viser at østfoldingene er mindre aktive enn det som anbefales (Kunnskapsgrunnlaget). Dette gjelder både for skoletid, arbeidstid og fritid, og gir oss i Østfold et stort potensiale for regional utvikling.

Som en bakgrunn for arbeidet med å utforme planen og handlingsprogrammet er det samlet kunnskap om aktivitet og anleggsstatus innenfor idrett og friluftsliv i fylket; Kunnskapsgrunnlaget.

### 1.1.1 Idrett

Statens overordnende mål for idrettspolitikken er idrett og fysisk aktivitet for alle. Dette innebærer at staten igjennom sin virkemiddelbruk skal legge til rette for at alle som ønsker det skal ha mulighet til å delta i idrett eller drive egenorganisert fysisk aktivitet, der det viktigste virkemiddelet er økt satsing på anlegg for idrett og egenorganisert fysisk aktivitet. Staten har videre en hovedmålsetning om at «den frivillige, medlemsbaserte idretten skal sikres gode rammevilkår for å gi grunnlag for et omfattende og inkluderende aktivitetstilbud,

der det legges særlig vekt på å utvikle attraktive tilbud til barn og ungdom».

Idrettens øverste organ, Norges idrettsforbund og olympiske og Paralympiske komité (NIF), har visjonen «idrettsglede for alle» noe som innebærer at alle skal få utøve idrett ut i fra sine ønsker og behov. Idrettsglede for alle skal prege både aktivitetspolitikken (glede, fellesskap, helse og ærlighet) og organisasjonsarbeidet i norsk idrett (frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd).

I Norge skiller vi mellom det offentliges ansvar for idrett og fysisk aktivitet gjennom finansiering og tilrettelegging for anlegg for idrett og egenorganisert fysisk aktivitet, og de frivillige interesseorganisasjonenes ansvar for å skape aktivitet. Østfold fylkeskommune skal i denne sammenheng være en regional utviklingsaktør for å bidra til å sikre den frivillige, medlemsbaserte idretten gode rammevilkår, mens kommunenes rolle er den samme lokalt. Fylkeskommunen er også bindeleddet mellom sentrale myndigheter og kommunene i forvaltningen av statlige spillemidler.

Østfold idrettskrets (ØIK) er det øverste formelle leddet for de frivillige idrettslagene i Østfold, og har med det ansvaret for idretten innenfor regionen. Østfold idrettskrets har en viktig oppgave ved å ivareta idrettens interesser overfor det offentlige, og har et eget anleggsutvalg som skal arbeide for flere idrettsanlegg i Østfold med fokus regionalt viktige anlegg for å dekke idrettens behov.

I Østfold er det et uttalt mål i likhet med i den statlige idrettspolitikken, at idrett og fysisk aktivitet skal være for alle. Anleggspolitikken må utformes slik at den tar hensyn til et vidt spekter av brukere ved planlegging og utvikling av anlegg, herunder også uorganiserte brukere av anlegg. Tilgang til idrettsanlegg er en forutsetning for de fleste idretter og for det å være fysisk aktiv, herunder også toppidrett. Olympiatoppens regionaliserte tilbud i Østfold gir toppidrettsutøvere treningsmuligheter som muliggjør satsning på idrett og prestasjoner på internasjonalt nivå også i Østfold.

Inntektsstrømmer i norsk idrett, slik NIF beregnet det i 2014 viste et samlet beløp brukt på norsk idrett på 19 mrd kroner. Av dette utgjør spillemidler bare 2,4 mrd kroner, eller 12 % av totalen. Kommunenes bidrag er beregnet til 2,5 ganger det statlige bidraget, og idrettens egengenererte bidrag til 3,5 ganger det statlige (Kulturdepartementet 2016).

Spillemidlene er deler av overskuddet i Norsk Tipping, og forvaltes på regionalt nivå av fylkeskommunene etter en kommunal prioritering. Spillemiddelordningens rapport for anleggsstatus i Norge viser at Østfold scorer nest dårligst i landet på tilgang til idrettsanlegg pr. innbygger. NIF sine aktivitetstall for 2016 viser at Østfold har en mindre aktiv befolkning sammenlignet med andre fylker når det gjelder deltagelse i organisert idrett. Med aktivitetstall menes antall aktive medlemskap i idrettslag per innbygger i kommunen.

Som fritidsaktivitet står den organiserte idretten i en særskilt sterk posisjon. «Ungdata 2017» viser at hele 93 prosent av norske ungdommer har deltatt i organisert idrett i løpet av livet, og dette betyr at de fleste ungdommer har vært innom idretten. Selv om det har vært tilbakegang i en del andre organiserte fritidsaktiviteter de siste tiårene, har andelen ungdommer som er aktive i idrettslagene holdt seg nokså konstant. Norsk barneidrett (6-12år) har hatt en betydelig vekst de siste årene. Tall fra NIF sin Nøkkelrapport 2016 viser at norsk idrett aktiviserer drøyt 50 000 flere barn enn de gjorde for 6 år siden, der jentene isolert har en økning på 17 % i perioden.

Generelt er det liten deltakelse i organisert idrett blant voksne og eldre i Norge, og deltakelsen er samtidig skjevt fordelt på kjønn og sosial status. De siste årene har bruken av tradisjonelle idrettsanlegg gått noe tilbake, mens en voksende arena er treningssenterbransjen. Det er særlig kvinner og ungdom som benytter disse arenaene (Breivik og Rafoss 2017).

## 1.1.2 Friluftsliv

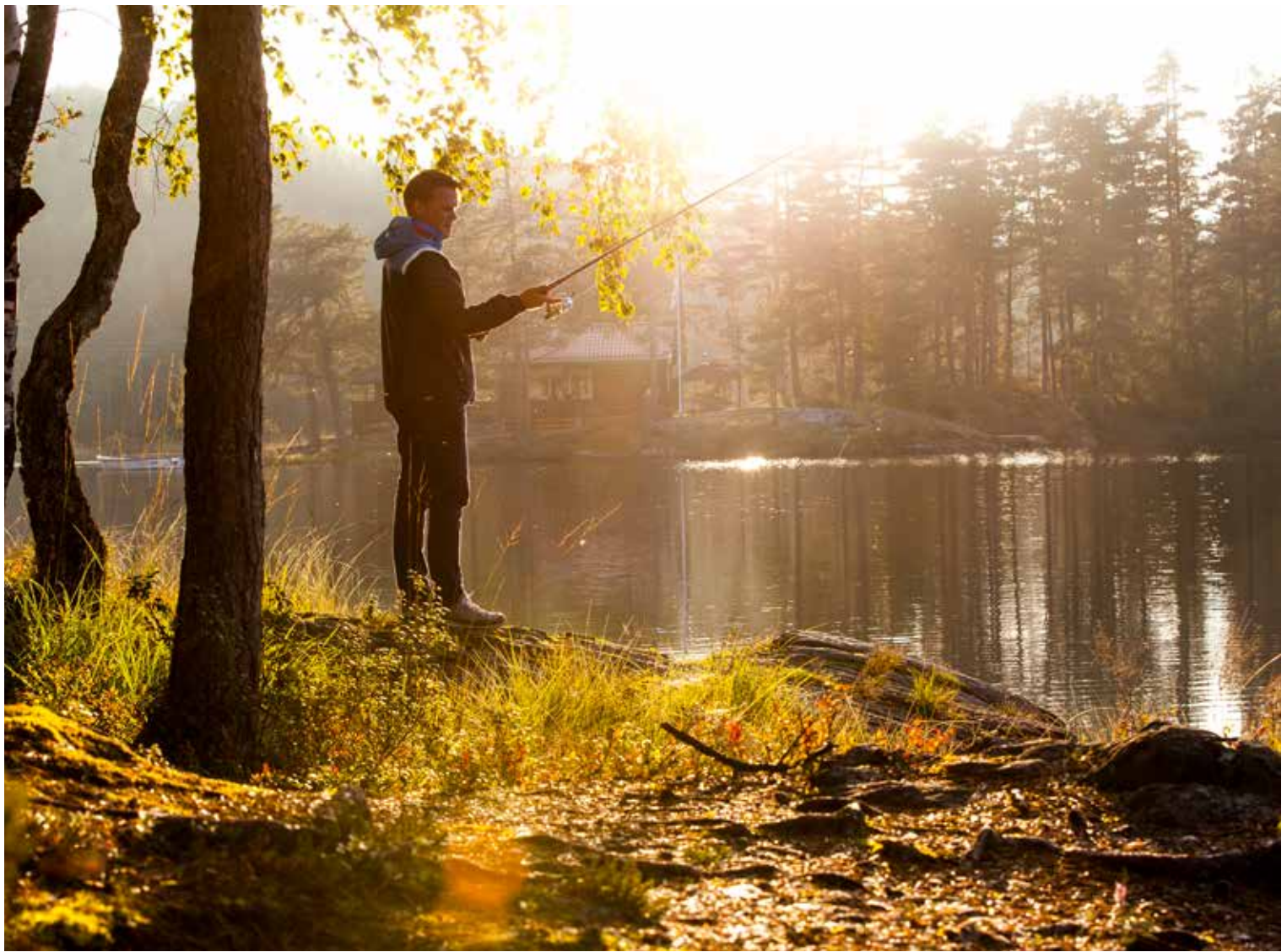
Friluftsliv er en viktig del av den norske nasjonale identiteten og den norske kulturarven. Friluftsliv har en dokumentert helseeffekt og er en viktig faktor for befolkningens livskvalitet. Kombinasjonen fysisk aktivitet og naturopplevelse er unik, og utgjør kjernen i friluftsliv. I tillegg vil et aktivt friluftsliv kunne gi den enkelte et forhold til natur, som igjen kan medføre økt vilje til å foreta bærekraftige valg. Tilsvarende kan friluftsliv bidra til økt bevissthet om kulturarv og kulturminner, både den utøvende, som jakt og fiske, men også om de fysiske anleggene, landskapet og turmålene. Friluftsliv er variert aktivitet, og ulike aktiviteter og ulike utøvere har ulike behov for arealer, anlegg og tilrettelegging.

Turer i nærområdet er den vanligste formen for fysisk aktivitet og friluftsliv. Statistikk viser at dette er den formen for fysisk aktivitet som flest kunne tenke seg å utøve mer av. Bedre tilrettelegging i nærmiljøene er derfor et viktig element for å få flere i aktivitet.

Allemannsretten – retten til fri ferdsel, opphold, høsting og aktivitet i utmark – utgjør fundamentet for friluftslivstradisjonene i Norge. Allemannsretten består av tre elementer: ferdselsretten, oppholdsretten og høstingsretten. Disse rettighetene er først og fremst hjemlet i Friluftsloven og Vannressursloven, men andre lover og ulovfestede regler er også av betydning. For utøvelse av friluftsliv er mangel på kunnskap om allemannsretten og generelt om friluftsliv i mange tilfeller en større barriere for folk enn mangel på anlegg og arealer. Det er viktig at kunnskapen om allemannsretten videreføres og bedres. Dette gjøres best ved at allemannsretten brukes slik at den holdes i hevd.

Tilrettelegging og anlegg for friluftslivsformål kan øke bruksverdien av et område og kan være nødvendig for å kanalisere ferdsel. Tilrettelegging kan eksempelvis være informasjon, trykt, elektronisk eller i terrenget, og fysiske tiltak som stier, løyper, rasteplasser, bålplasser, utsiktsteder, badeplasser, parkeringsplasser og etablering av kollektivtransport og båtforbindelser.





Et godt offentlig transporttilbud og sammenhengende nettverk av ferdselsårer til områder som er tilrettelagt for friluftsliv vil gjøre områdene tilgjengelige for flere, og bidra til mindre behov for parkeringsplasser.

Friluftsliv innebærer også besøk i og vandring mellom de mange kulturminnene i fylket. Ved tilrettelegging av kulturminneområder, og vandreleder mellom disse, økes attraktiviteten til bo- og leveområder i de ulike kommunene. Kulturminnenes samspill mellom natur og landskap gjør enkelte områder svært attraktive. Østfold er landets rikeste kulturminneregion og må arbeide aktivt med sikring og tilrettelegging av kulturminner. Østfold fylkeskommune har ansvar for å bidra til kanalisering av ferdsel som gir naturopplevelser uten at sårbare kulturminneverdier blir skadelidende. Gjennom tilretteleggingstiltak bedres turstier, og kunnskaps- og opplevelsesverdien på turene økes. Samtidig bedres vernet av kulturarven i Østfold. Det er stort spenn i det vi definerer som et

friluftsområde, fra 100-metersskogen ved barnehagen til store villmarksområder, fra holmer og skjær til snaublåst høyfjell. Noen friluftsområder er viktige for lokalbefolkningen, noen har regional betydning, mens andre igjen er viktige for hele Norge. Fylkeskommunen har et spesielt ansvar for de regionale områdene, mens kommunene har et spesielt ansvar for nærfriluftslivsområdene.

Regionale friluftsområder er områder som har egenskaper spesielle for regionen, en spesiell historie eller verdi, har stor bruk eller er godt kjent og/eller er store, sammenhengende naturområder. Nytt kart over regionalt viktige friluftslivsområder er vedlagt denne planen. Jakt og fiskerett er lagt til grunneierne, og utøvelse av disse friluftslivsaktivitetene krever grunneiers tillatelse. Unntaket er fiske etter innlandsfisk for barn og unge under 16 år, og fiske i saltvann som er fritt for alle.



### 1.1.3 Hverdagsaktivitet

Aktiv transport og forflytning er en svært god måte å oppnå økt fysisk aktivitet på. Økt sykling og gange kan bidra til bedre folkehelse og til å løse utfordringer med framkommelighet i områder med mye transport og befolkningsvekst. Det er en nasjonal målsetting at økt vekst i persontransport skal tas med bl.a. gange og sykling (Nasjonal transportplan 2014–2023).

Den nasjonale gåstrategien har som hovedmål at det skal være attraktivt å gå for alle, og at flere skal gå mer. De nasjonale målsettingene gjelder også for Østfold sin del. Ettersom det er store lokale ulikheter i forutsetninger for økt gange i Østfold-kommunene må det settes lokale resultatmål for hver enkelt kommune. Nasjonal sykkelstrategi (2012) har fastsatt mål om 8 % sykkelandel nasjonalt. Dette forutsetter at byene får mellom 10 % og 20 % sykkelandel. Bypakke Nedre Glomma har målsetting om 12 % sykkelandel. Dette betyr at det i 2029 må gjennomføres 50 000 reiser på sykkel hver dag i nedre Glomma, sammenlignet med 2016-tall som er 18 000 sykkelreiser. En av fire korte bilreiser må da overføres til sykkel.

Den viktigste forutsetningen for å gå eller sykle til jobb, skole eller daglige gjøremål er at det fysiske miljøet, stier, gang- og sykkelveier fungerer godt. Tilrettelegging for gange og sykling må koordineres med utviklingen av transportsystemet i regional areal- og transportplan.

Barnehager og skoler er viktige arenaer for opplæring og erfaring med fysisk aktivitet og oppleve glede og mestring ved fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Barnehagen er en arena hvor det ligger godt til rette for å lære barn bevegelsesglede, og å gi barn gode erfaringer og ferdigheter med fysisk aktivitet. Barnehagen skal støtte og styrke foresatte og samfunnet i arbeidet med å bygge god helse hos barn.

Skolen favner alle barn og unge, og er således den viktigste arenaen for å få erfaringer med fysisk aktivitet og bevegelsesglede. Fysisk aktivitet kan være en del av mange ulike settinger i skolen, både innenfor og utenfor selve undervisningssituasjonen. Kroppsøvningsfagets formål er bevegelsesglede og å legge grunnlag for livslang fysisk aktivitet. Fysisk aktiv læring kan gjennomføres i alle skolens fag, og vil kunne tilby alternative læringsmåter og gi bedre fysisk kapasitet. I tillegg ligger det godt til rette for fysisk aktivitet på skolevei, i friminutt og i skolegården og på aktivitetsdager og i valgfag.

## 1.2 Definisjon av sentrale begreper

Med **fysisk aktivitet** menes enhver aktivitet der man bruker musklene/kroppen, og som gir økt energiforbruk.

Med **idrett** forstås aktivitet i form av trening eller konkurranse i den organiserte, frivillige, medlemsbaserte idretten.





**Friluftsliv** er opphold og fysisk aktivitet i friluft med sikte på miljøforandring og naturopplevelse, herunder jakt og fiske.

Med **folkehelse** menes befolkningens helse-tilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning. Med **folkehelsearbeid** menes samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen.

I «Østfold i bevegelse» skiller vi mellom ulike varianter av fysisk aktivitet: «organisert aktivitet», «egenorganisert aktivitet», samt «hverdagsaktivitet». Fysisk aktivitet utøves i mange sammenhenger og på mange ulike arenaer. Definisjonene nedenfor har hentet inspirasjon fra «Statlig idrettspolitik inn i en ny tid»:

**Organisert aktivitet** omhandler den aktiviteten som vanligvis assosieres med idrettsutøvelse, som drives og ledes av noen. Dette kan være i et idrettslag, på et treningssenter med faste gruppetimer eller turer ledet av en friluftslivsorganisasjon. I dette ligger en grad av tilrettelegging, planlegging og gruppetilhørighet. Egenorganisert aktivitet innebærer at den enkelte selv står for planlegging og gjennomføring av aktiviteten. **Egenorganisert aktivitet** kan foregå på mange arenaer, f.eks. på et treningssenter, i nærmiljøet, ute i naturen eller i et idrettslag. **Hverdagsaktivitet** er den aktiviteten som vanligvis forbindes med transport som

gange og sykling, aktivitet i skoledagen eller arbeidsdagen, og aktivitet i daglige gjøremål, som lek, gange, husarbeid, hagearbeid, snømåking osv.

**Nærmiljøanlegg** er åpne utendørsanlegg eller områder som er tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet, hovedsakelig i tilknytning til bo- og oppholdsområder. Ordinære anlegg er i hovedsak anlegg for organisert idrett og fysisk aktivitet samt egenorganisert fysisk aktivitet. Friluftslivsanlegg er et vanskelig begrep å definere. Det kan være en sti, lys, et kart eller sanitæranlegg, men også en parkeringsplass eller et busstopp som åpner opp arealer for friluftsliv.

Med **regionale anlegg** forstår Østfold fylkeskommune anlegg med regionale funksjoner, det vil si at det tilfører regionen verdi utover den åpenbare verdien for partene som samarbeider om anlegget. **Interkommunale anlegg** er anlegg der to eller flere kommuner er sammen om å bygge og drifte et idrettsanlegg, det eller ville vært vanskelig å realisere innenfor en kommune.

## 1.3 Gjeldende plan

«Østfold i bevegelse. Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2018–2029» er en rullering av gjeldende regionale plan for fysisk aktivitet. Førrige plan for fysisk aktivitet (2011–2014) hadde to atskilte deler, en for idrett og en for friluftsliv, begge med egne målsettinger og strategier. Ny plan kombinerer disse to områdene, slik at den framstår helhetlig i målsettinger, strategier og handlingsprogram.

Erfaringer med førrige plan er at idrettsdelen har mange delmål uten et klart forankret hovedmål. Den gir god plass til Østfold idrettskrets og staten sin idretts- og anleggspolitikk, og mindre plass til Østfold fylkeskommune og kommunene sine målsetninger, strategier og anbefalinger for området. For fylkeskommunens arbeid med friluftsliv har førrige plan fungert godt, men trenger oppdatering. Økt fokus på friluftsliv fra mange hold har bidratt til økt deltagelse i friluftslivet og et større fokus i samfunnet generelt. Flere rammebetingelser er endret, med et større profesjonelt apparat hos frivillige lag og organisasjoner og mange nye nasjonale føringer.

## 1.4 Planens innretning og avgrensning

«Østfold i bevegelse. Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet» er en overordnet, målrettet og langsiktig plan for Østfoldsamfunnet. Planen er et prioriterings- og beslutningsgrunnlag for kommunale, regionale og statlige myndigheter, næringsliv, organisasjoner og privatpersoner, og skal bidra til god samhandling mellom disse. En regional plan skal følge opp vedtak og temaer i fylkesplanen, og er Østfoldsamfunnets felles strategiske redskap for å lykkes med våre felles mål.

Planen skal ivareta fellesskapets interesser og legge til rette for godt samarbeid mellom aktørene i fylket, for å kunne gjennomføre tiltak for økt fysisk aktivitet. Planen skal gi tydelige mål og strategier for prioriterte utviklingsområder, gi merverdi ut over kommunenes planer og gi best mulig bruk og nytte av tilgjengelige ressurser.

Planen er både retningsgivende og rådgivende. Regional plan skal legges til grunn for regionale organers virksomhet og for kommunal og statlig planlegging i Østfold. Videre skal planen legge grunnlag for samarbeid mellom offentlige myndigheter i Østfold og andre aktører.

Planen har en tidshorisont på 12 år, behov for rullering vurderes i forbindelse med Regional planstrategi hvert fjerde år. Det er utarbeidet et handlingsprogram til planen. Handlingsprogrammet rulleres ved behov i forbindelse med fylkeskommunens økonomiplan.

Flere andre regionale planer har temaer som er relatert til det som behandles i «Regional plan for fysisk aktivitet». Disse er Regional transportplan (rulleres i 2017), Kulturplanen (rulleres i 2017), Skolebruksplanen, vedtatt 2016, Kompetanseplanen, vedtatt 2015, Kystsoneplanen, vedtatt 2014, Folkehelseplanen, vedtatt 2011 og Kulturminneplanen, vedtatt 2010.

Målsettinger og prioriteringer i «Østfold i bevegelse» er vurdert og koordinert opp mot allerede vedtatte satsinger i fylkesplanen og øvrige regionale planer.

Østfold fylkeskommune har stått for utarbeiding av planen, fylkesutvalget har vært planutvalg og flere referansegrupper og -personer har deltatt i arbeidet. Det har vært gjennomført en rekke medvirkningsmøter med aktørene som har medansvar for å følge opp planen. Det har også vært mulig for innbyggere å gi innspill direkte. Forøvrig har Plan- og bygningslovens krav til medvirkning og høring blitt fulgt.

## 1.5 Nasjonale føringer

I tillegg til å følge opp fylkesplanen, skal regional plan også svare på, og følge opp statlige føringer. «Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet» er forankret i bl.a. Plan- og bygningsloven, Folkehelseloven, Friluftsloven, Naturmangfoldloven, Skogloven, Viltloven, Lakse- og innlandsfiskeloven, Kulturminneloven; alle med tilhørende forskrifter.

En rekke stortingsmeldinger legger grunnlaget









for statlig politikk på fagområdene til planen. Dette gjelder for eksempel Fornyelse av Kunnskapsløftet (2016), Friluftsmeldingen (2016), Folkehelsemeldingen (2015), Nasjonal transportplan (2014), Framtid med fotfeste – kulturminnepolitikken (2013), Den norske idrettsmodellen (2012) og Leve med kulturminner (2005).

Kulturdepartementet har ansvaret idrettspolitikken på statlig nivå, og «Den norske idrettsmodellen» (Meld.st. 26 (2011-2012)) har visjonen idrett og fysisk aktivitet for alle. Statens viktigste forutsetning for dette er økt satsning på idrett og aktivitetsanlegg. Den viktigste målgruppen i statlig idrettspolitikken er barn og unge, men også «personer med nedsatt funksjonsevne» og «inaktive» er prioriterte målgrupper.

Kulturdepartementet satt i 2015 sammen et utvalg, «Strategiutvalget for idrett» som har levert to delrapporter (2016 og 2017) om statlig idrettspolitikken og om den norske idrettsmodellen. Utvalget har levert anbefalinger både for idrett og for fysisk aktivitet, og som berører mange departement, med utgangspunkt i den potensielle velferdsgevinsten og samfunnsgevinsten ved økt fysisk aktivitet i befolkningen.

«Friluftsliv - Natur som kilde til helse og

livskvalitet» (Meld. St. 18 (2015-2016)) er regjeringens bidrag til å få enda flere til å drive med friluftsliv, og få oppleve friluftsliv som en kilde til bedre helse og høyere livskvalitet. Meldingen omfatter tiltak og føringer innenfor både motivering og rekruttering til friluftsliv, og innenfor forvaltning av områder for friluftsliv. Regjeringen vil prioritere friluftsliv i nærmiljøet, slik at alle kan delta. Barn og unge er prioriterte målgrupper.

Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging ligger til grunn for arbeidet med planen. De nasjonale forventningene for fireårsperioden 2015–2018 er knyttet til tre hovedtemaer: gode og effektive planprosesser, bærekraftig areal- og samfunnsutvikling samt attraktive og klimavennlige by- og tettstedsområder.

I tillegg til dette foreligger det flere sentrale strategier og bestemmelser av ulik art. To av disse er «Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet» og «Forventninger til fylkeskommunen innenfor helhetlig vannforvaltning, friluftsliv og forvaltning av høstbare arter av vilt og innlandsfisk».

Utover myndighetenes føringer finnes også andre strategier og dokumenter som vil bli

hensyntatt i planen. Dette er for eksempel Norges Idrettsforbunds «Idrettspolitisk dokument 2015 – 2019», Østfold idrettskrets sin «Regional anleggsplan» og Norsk Friluftslivs «Friluftslivsstrategi».

## 1.6 Regionale føringer og mål

Fylkesplanen for Østfold, som er under rullering, har tre hovedtemaer; verdiskaping og kompetanse, levekår og folkehelse, samt klima og miljø. Disse er styrende for alle regionale planer. Samfunnsdelens tre hovedmål er overordnede mål også for planen «Østfold i bevegelse»:

- Østfold skal være attraktivt for mennesker og kapital, og tilby et velfungerende arbeidsmarked. Vi skal ha et bærekraftig næringsliv preget av nyskaping, riktig kompetanse og samhandling.
- God livskvalitet for alle som bor i Østfold.
- Østfold skal være et fylke som ivaretar klima, natur og kulturlandskap, og som tar miljøhensyn i offentlig og privat sektor.

### 1.6.1 Fysisk aktivitet som fremmer verdiskaping og kompetanse

I Østfold er det å skape nye arbeidsplasser et hovedsatsningsområde, og for næringslivet er det ofte avgjørende at et lokalsamfunn har gode fritidstilbud. Gode forhold for å bedrive idrett og friluftsliv kan gjøre Østfold mer attraktivt for nye innbyggere, og for bedrifter som vil ansette disse.

Idrettsarrangementer blir besøkt av deltagere og tilskuere fra hele Norge og fra utlandet. Større idrettsarrangementer blir også omtalt og vist i media. Dette er en viktig måte å markedsføre fylket og det vi har å by på.

Idrettsarrangementer med stort besøk er viktige for hotell- og restaurantnæringen og lokal handel og tjenesteyting, samt økt besøk på ulike attraksjoner og kulturtilbud. Større

idrettsarrangementer som blir omtalt og vist i media bygger merkevare, profil og kan gjøre ringvirkningene av arrangementet større, ikke bare for reiselivet, men regionen for øvrig.

Natur og friluftsliv som drivere i turismen i Østfold. Friluftsliv er basis for mye av Østfolds besøksnæring, med overnatting og attraksjoner. God tilrettelegging av bade-, fiske- og turmuligheter bidrar til økt besøksattraktivitet.

Fysisk aktivitet er en god måte å redusere stress og livsstilsykdommer, og få ned sykefraværet og opp deltagelsen og produktiviteten i arbeidslivet.

### 1.6.2 Fysisk aktivitet for bedret folkehelse og levekår

Studier, både nasjonale og fra Østfold viser at det er tydelige sosiale skillelinjer mellom de som er fysisk aktive og de som er inaktive. Sosioøkonomiske grupper med høyere utdanning og inntekt er mer fysisk aktive i hverdagen, driver oftere egenorganisert aktivitet og deltar oftere i organisert aktivitet enn grupper med lavere utdanning og/eller inntekt. Ungdom som velger bort videregående utdanning er i gjennomsnitt mindre fysisk aktive enn de som fullfører skoleløpet, og vi finner også at fysisk aktive personer deltar oftere i arbeidslivet enn inaktive. Sammenhengen mellom arbeidslivsdeltakelse, fysisk form og helse er veldokumentert (Kunnskapsgrunnlaget).

Studier viser også at såkalt lavere sosioøkonomiske grupper bor i mer utsatte boområder. Det er viktig at alle typer boområder har gode uteområder, samt tilgang til rekreasjonsområder, nære friluftslivsområder og fysisk aktivitet. Nærmiljøanlegg bør finnes i alle typer boområder, gjerne i tilknytning til skole.

Alle skal ha like muligheter og like stor tilgang til fysisk aktivitet, og til å kunne delta i idrett og trening. Dette kan kanskje oppfattes som en utfordring for de frivillige organisasjonene i spennet mellom engasjementet for «sin egen idrett» og samfunnsoppdraget til idretten: «alle med». Inkludering og mangfold betyr i denne





Skolestart ved Halden videregående skole

Foto: Jarle Vegar Grønberg Brynildsen

sammenhengen like muligheter til å delta i fellesskapet, uavhengig av kjønn, etnisk tilhørighet eller funksjonsevne.

Ungdata-undersøkelsen (2017) viser at ungdom som er aktive i organisert idrett får høyere status i vennegjengen, de har det bedre med seg selv, med foreldrene og på skolen. Idrettsungdommen i undersøkelsen er også langt mer fornøyd med egen helse, og har generelt færre helseplager en ungdom i undersøkelsen som ikke deltar i organisert idrett.

Friluftsliv og andre utendørsaktiviteter gir en påvist ekstra helsegevinst ved å oppholde seg i naturen. Aktivitetstilbud gjennom idrettslag er også et svært viktig bidrag til folkehelsen og frivilligheten som er norsk idrett sin grunnmur, som skaper lokalt engasjement og identitet og som videre gir positive ringvirkninger for den enkelte, idretten i seg selv og resten av samfunnet.

Fysisk aktivitet benyttes både i forebygging og behandling av psykiske symptomer og lidelser.

### 1.6.3 Fysisk aktivitet som ivaretar klima og miljø

Østfold er et fylke rikt på naturverdier og historiske kulturlandskap. Natur og biologisk mangfold er viktig for menneskelig aktivitet og trivsel, og kulturlandskap og kulturminner representerer vår historie og identitet. For mange mennesker er dette verdier som betyr mye ved utøvelse av fysisk aktivitet. Samtidig må den fysiske aktiviteten utøves slik at disse verdiene ivaretas.

Globale klimaendringer kan føre til lavere matproduksjon, utryddelse av arter, tørke og oversvømmelser. Klimaendringene er i dag en realitet, og Østfold må gjøre sitt for å begrense dem. Klimautslipp knyttet til aktivitet og infrastruktur for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv må på sikt elimineres. Dette vil kreve omstilling og kompetanse.

Lokaliseringen av anlegg har stor betydning for transportbehovet til anleggene. Ved anleggene må det tilrettelegges for sykkel og gange, og for å kunne reise kollektivt. Det må være





tilstrekkelig med god parkering for sykkel og nullutslippsbiler, inkludert ladeinfrastruktur for ladbare kjøretøy. I områder med lav kollektivdekning og store avstander må det oppfordres til samkjøring og bruk av fossilfrie kjøretøy.

Bygninger for fysisk aktivitet må være energi-effektive samtidig som et godt innemiljø ivaretas. Ved nybygging skal det etterspørres gode klimaløsninger i materialer og bygningsmasse. Optimal ressursutnyttelse av bygg og anlegg må være et mål, slik at disse kan brukes i større deler av døgnet til ulik aktivitet.

Gjenbruk, gjenvinning og miljøvennlig ressursutnyttelse er viktig for et bærekraftig forbruk ved anlegg og arrangementer. Gode klima- og miljøegenskaper må etterspørres i produkter og tjenester. Det må tilrettelegges for god avfallssortering, og matsvinnet skal reduseres.

Kunstgressbaner er idrettsanlegg som har fått stor miljøoppmerksomhet de senere årene.

Den vanligste typen fyllmateriale i kunstgressbaner er gummigranulat. Gummigranulatene inneholder også PAH, sink og andre tungmetaller. Interregprosjektet «Ren kystlinje» vurderer betydningen av kunstgressbaner og utslipp av mikroplast og eventuelle skadevirkninger for helse og miljø.



## Kapittel 2

# Status og hovedmål

### 2.1 Status fysisk aktivitet og anlegg

For å kunne være mest mulig presise i vårt arbeid med målsettinger, strategier og tiltak har Østfold fylkeskommune utarbeidet et kunnskapsgrunnlag om aktivitet og anlegg. Kunnskapsgrunnlaget samler tilgjengelig statistikk på fylkes- og kommunalt nivå. Der slik statistikk ikke finnes er det benyttet regionale eller nasjonale tall. Se vedlegg 1.

#### Aktivitetsnivå

Befolkningen i Østfold er noe mindre aktive i fritiden enn resten av landet, 28 % av østfoldingene sier at de er fysisk aktive under en time om dagen. Andelen fysisk inaktive ungdommer er høyere enn resten av landet (15 % av befolkningen 13–16 år), og andelen voksne over 16 år som sier at de aldri mosjonerer (25 % mot 15 % i hele landet). Om lag 20 % av østfoldingene sier at de driver hard trening flere ganger i uka. Her er mennene og de yngre klart overrepresentert. 26 % av østfoldinger sykler eller går til jobb.

#### Idrett

I følge NIF sin nøkkeltallsrapport for 2016 så var det registrert 430 idrettslag i Østfold, som til sammen representerte 88 000 medlemskap. Litt i overkant av 41 prosent av medlemskapene er barn og unge i aldersgruppen 6–19 år. Medlemsmassen i Østfoldidretten er som resten av landet mannsdominert (63 %).

Fotball er den desidert største idretten i Østfold med nesten tre ganger så mange aktive deltagere som nummer to på listen som er golf, tett etterfulgt av håndball, gymnastikk og turn. For barn og unge samlet er fotball den største idretten, men ser vi kun på aktive jenter, så er håndball den største idretten, foran gymnastikk, turn og fotball.

«Norsk idrettsindeks 2016 - resultater for

Østfold» (Telemarkforskning), viser at vi er mer aktive innenfor motorsport, skyting, golf, sykkel, vektløftning og skøyter en gjennomsnittet for resten av landet. Vi driver vesentlig mindre med ski, friidrett, tennis, hest, svømming, båtsport, fotball, håndball og annen ballsport enn landsgjennomsnittet.

#### Anlegg

Kulturdepartementet og NIF sin rapport over anleggsstatus i Norge for 2016 viser at Østfold er nest dårligst i anleggsdekning i forhold til innbyggertall. Det er store forskjeller innad i fylkets kommuner på anleggsdekning.

Idrettsindeksen for Østfold (Telemarkforskning) viser også at anleggsdekningen (anlegg per innbygger) i Østfold er lavere enn landsgjennomsnittet. Andelen kommunalt eide idrettsanlegg i Østfold er 54 %, mens idretten og Østfold fylkeskommune står for henholdsvis 24 og 3 % av eierskapet til idrettsanleggene. I forhold til landsgjennomsnittet har Østfold høyere andel av offentlig eide anlegg (kommune og fylke), og mindre idretts-eide anlegg enn snittet for resten av landet.

Østfold fylkeskommune og idrettskretsen gjorde i 2017 en spørreundersøkelse blant idrettslag om aktivitet og barrierer for deltakelse i idrett. Over 65 % av respondentene svarer at de antar at større treningskapasitet i anlegget kunne gitt flere medlemmer, og

nesten 45 % mener at de har for dårlig anleggsdekning. Undersøkelsen viste også at de som trente i idretts-eide eller private anlegg er mer fornøyde med kapasiteten, enn de som trente i kommunalt eide idrettsanlegg.

### Friluftsliv

Kommunene i Østfold er i ferd med å utarbeide oversikt over friluftsområder, inkludert oversikt over turveier, turstier og skiløyper. Så langt er det totalt registrert rundt 3000 km merkede løyper i fylket. Østfold har den laveste andelen barn og unge med trygg tilgang til rekreasjonsareal i Norge. Under halvparten av de unge i Østfold sier at de bor i et tettsted med trygg tilgang til nærturterreng.

Det er 158 statlig sikrede friluftsområder i Østfold (på tilsammen drøyt 44 000 mål). Mange kommuner, utmarkslag, velforeninger og andre har tilrettelagt badeplasser, turløyper og parkeringsplasser som ikke framkommer i regional statistikk.

### Endring og muligheter

Kunnskapsinnsamlingen knyttet til fysisk aktivitet har avdekket at utdanning har positiv betydning for bruk av idrettsanlegg. Sosiale grupper med høy utdanning er mer aktive enn de med lav utdanning. Lavinntektsgruppene bruker oftere svømmebasseng, mens høyinntektsgruppene er overrepresentert i bruken av private helsestudio og golfanlegg. Østfold har ifølge Kunnskapsgrunnlaget oppsiktsvekkende dårlig tilgang på svømmeanlegg. Aktivitetsandelen innen svømming ligger 48 % under landssnittet.

Breivik og Rafoss har gjennom flere år fulgt anleggs- og aktivitetsutviklingen i samfunnet.



De anbefaler i sin siste rapport (2017) å vri spillemiddelordningen mot de aktiviteter og anlegg som befolkningen faktisk bruker. Tradisjonelt har spillemidler blitt benyttet til fotballanlegg og idrettshaller. Anlegg som turstier, lysløyper, parkområder, utmarksarealer, svømmeanlegg og private treningssenter har bidratt til økningen i aktivitetsnivået i befolkningen de senere årene. Dette er anleggstyper der det er brukt liten eller ingen andel spillemidler. Breivik og Rafoss anbefaler også at det bør gis offentlig støtte til et bredere spekter av organisasjoner, bl.a. slike som legger til rette for friluftsliv og breddeaktiviteter, ettersom befolkningen er i ferd med å endre sitt aktivitetsmønster.

### 2.1.1 Indikatorer

For å kunne følge med i utviklingen på området for denne planen er det som ett av tiltakene i handlingsprogrammet foreslått å utvikle et sett med indikatorer med tilhørende ambisjonsnivå. Hensiktsmessige indikatorer kan være Norges Idrettsforbunds aktivitetstall, registrerte anlegg, økning i fylkets og kommunenes spillemiddelandel, antall helsefremmende skoler og barnehager, antall km gangvei/sykkelsti nybygget, antall reisende på sykkel og til fots m.fl.

Indikatorer og ambisjonsnivå vurderes senest ved neste rullering av planen.

### 2.2 Hovedmål for planen

Hovedmål for planen «Østfold i bevegelse» er «Økt fysisk aktivitet for alle».

Med dette forstår vi:

- Alle i Østfold skal oppleve glede, mestring og trivsel ved å være i fysisk aktivitet.
- Befolkningen i Østfold skal ha mulighet til å delta i idrett og treningsaktivitet ut fra egne ønsker og forutsetninger.
- Folk i Østfold har tilgang til natur og nærmiljø til rekreasjon, opplevelse og utfordrende aktivitet.





## Kapittel 3

# Innsatsområder

For å lykkes med målet om «Økt fysisk aktivitet for alle» i Østfold, må innsats settes inn på mange arenaer, overfor ulike grupper av befolkningen og i ulike settinger. Nasjonalt råd for fysisk aktivitet sine anbefalinger for å øke aktivitetsnivået i Norge (2016) peker på skole, arbeidsliv, by- og tettstedsutvikling og aktiv transport, friluftsliv og helse-, omsorg- og sosialtjeneste som arenaer og muligheter. Disse arenaene må tas med i Østfolds arbeid med å øke aktivitetsnivået i befolkningen.

I planprosessen har vi identifisert fem innsatsområder som må fokuseres på for å nå målet om «Økt fysisk aktivitet for alle». Disse er: «Aktiv hele livet», «Varierte anlegg, områder og ferdselsårer», «Prinsipper for lokalisering, areal- og virkemiddelbruk», «Kompetanse og innovasjon», samt «Verdiskaping og fysisk aktivitet».

Innenfor hvert område beskriver planen hva vi forstår med det aktuelle området, deretter presenteres delmålene («Slik vil vi ha det»).

I handlingsprogrammet, kapittel 6, vises strategier og tiltak innenfor de ulike innsatsområdene.

### 3.1 Aktiv hele livet

Det foreligger god evidens for at det kan skapes forutsetninger for et aktivt liv på lokalsamfunnsnivå ved å påvirke fysisk miljø, oppmuntre til å gå og sykle, gjennomføre tiltak i barnehage og skole, på arbeidsplasser og i helsetjenesten (Kunnskapsgrunnlaget).

Allsidig fysisk aktivitet er en forutsetning for god fysisk og motorisk utvikling hos barn og unge. Fysisk inaktivitet i befolkningen er i ferd med å bli vår tids største helsetrussel. Åtte av ti nordmenn er mindre fysisk aktive enn det som er anbefalt. Alt tyder på at også barn og unge er betydelig mindre fysisk aktive enn tidligere. Endret lekemønster og endret bruk av fritid, som resultat av et stort og voksende tilbud av ulike skjermaktiviteter, er sammen med økt motorisert transport viktige årsaker til dette.

Foresatte har hovedansvaret for at barn og unge utfordres til fysisk aktivitet, men barnehagen og skolen må også ta sin del av ansvaret for barn og unges fysiske aktivitetsbehov. Sammen har foresatte og barnehagen/skolen ansvar for at barn og unge er i fysisk aktivitet minimum 60 minutter hver dag, gjerne mer. Fra et barn begynner i barnehagen som ettåring til det går ut av 10. klasse som 16-åring har barnet tilbrakt mer enn 18.000 timer tilsammen i barnehage og skole. Skal målet for planen om økt fysisk aktivitet nås, må barnehager og skoler utnytte sitt potensiale for barn og unges helse og utvikling.

Skolen er en viktig arena i nærmiljøet for både organisert idrett og egenorganisert aktivitet, i tillegg til den aktiviteten som foregår der i skoletiden. Vi må legge vekt på å utvikle arealer og anlegg i og ved skolene som bidrar til å styrke kvaliteten på fysisk aktivitet både i skoletiden og fritiden. Skolens uteareal kan ha betydning for barn og unges fysiske aktivitet gjennom hele skoledagen. Det gjennomføres i dag en rekke studier for å se på sammenhengen mellom fysisk aktivitet og gode kognitive prestasjoner. Man antar at bedre skoleprestasjoner hos elever som er mer fysisk aktive har sammenheng med at eleven er i bedre fysisk form og dermed har bedre forutsetninger for læring.

Helsefremmende barnehager og skoler styrker barnas fysiske og psykiske helse, gjennom å ha fokus på det sosiale og fysiske miljøet, innholdet og arbeidet, samt å ha systematisk forankring av det forebyggende og helsefremmende arbeidet. Helsefremmende barnehager

og skoler bidrar i tillegg til utjevning av sosial ulikhet mellom grupper i befolkningen. Det helsefremmende arbeidet i barnehagen skal bidra til trivsel og mestring, godt læringsutbytte og til å gi barna et godt grunnlag for å gjennomføre det 13-årige opplæringsløpet.

Ved siden av skolen er idretten, som Norges største frivillige organisasjon for barn og unge, en svært viktig bidragsyter til aktivitet i befolkningen. Frafall fra idretten i overgangen mellom barne- og ungdomsidrett er en stor utfordring for den organiserte idretten, og det finnes årsaker både utenfor og innenfor idretten. Av årsaker utenfor idretten finner man f.eks. et økt fritidstilbud jo eldre ungdommen blir, og en ny mediesituasjon/bruk av sosiale medier og skjermaktivitet som tar mer av ungdommens oppmerksomhet. Av årsaker innenfor idretten pekes det bl.a. på økende konkurransfokus i idretten jo eldre ungdommene blir, dårligere tilgang på frivillige ledere for ungdomsgruppen, og at barn begynner med idrett i for ung alder, noe som kan forårsake at motivasjonen kan forsvinne når man kommer i ungdomsårene.

Friluftsliv er en enkel og billig form for fysisk aktivitet, og tendensen er at stadig flere benytter seg av friluftsliv for mosjon og adspredelse. Særlig ser vi at ungdom er på vei tilbake inn i det tradisjonelle friluftslivet. Men friluftslivsutøveren er avhengig av kunnskap og tilgang på egnede arealer og anlegg. Det er viktig for deltagelse i friluftsliv av barn og unge får innføring i friluftsliv, og lærer om de rettigheter og plikter som følger av allemannsretten. Informasjon om dette er også en nøkkel for å nå andre grupper av befolkningen som ikke kjenner disse mulighetene. Det er derfor viktig å organisere lavterskelaktiviteter for alle som gir kunnskap og lyst til å videreutvikle sitt eget friluftsliv.

Sosial bakgrunn, utdanningsnivå og inntekt påvirker i stor grad fysisk aktivitetsnivå og aktivitetsmønster. Generelt er yrkesaktive og høyere utdannede mest fysisk aktive. Denne forskjellen går igjen som en gradient i befolkningen. Sosioøkonomiske bakgrunns-



Foto: Mats Duan-Hansen, Rakkestad Avis

variabler forklarer for eksempel mer enn etnisitet forskjeller i deltakelse i organisert idrett. For å lykkes med målsettingene for planen må tiltak også settes inn med fokus på de minst aktive gruppene i befolkningen.

Barrierer for å delta i fysisk aktivitet kan være materielle faktorer som penger og utstyr, strukturelle faktorer som tilgang til klubber og anlegg og kulturelle faktorer som verdier og motiver. Det er antatt at en barriere for idrettsdeltagelse kan være økonomi. Tall fra SSB viser at andelen barn som vokser opp i familier med vedvarende lavinntekt fortsetter å øke, og at barn fra innvandrerfamilier er overrepresentert i denne statistikken. I en undersøkelse som ble gjennomført av Østfold

idrettskrets og Østfold idrettskrets våren 2017, svarte drøyt en tredjedel av idrettslagene i Østfold at de opplever at barn og unge faller ut av idrettslaget på grunn av økonomi. Nesten 90 % av respondentene svarte at de arbeider systematisk for å begrense kostnader i sitt idrettslag.

Det er store sosiale skiller også på hva innbyggere opplever som barrierer. For å bygge ned barrierer og bidra til å gi alle like muligheter til fysisk aktivitet bør skolen legges bedre til rette for mer fysisk aktivitet. Dette kan være gjennom mer utetid i skolen, mer aktivitet i fag og generelt lengre skoledag (Kunnskapsgrunnlaget).

INNSATSOMRÅDE

01

## AKTIV HELE LIVET

- Alle har mulighet til fysisk aktivitet i hverdagen hele livet
- Alle barn og unge har lik mulighet til fysisk aktivitet
- Arbeidslivet og organisasjonene er innrettet slik at de bidrar til økt fysisk aktivitet
- Østfold ligger på landsgjennomsnittet av Norges Idrettsforbunds aktivitetstall





### 3.2 Varierte anlegg, områder og ferdselsårer

Utformingen av det fysiske miljøet, og særlig nærmiljøet, legger i stor grad premissene for den enkelte innbyggers aktivitetsmuligheter. Godt tilrettelagte områder for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i nærområder er viktige virkemidler for å stimulere til fysisk aktivitet for alle aldersgrupper. Dette gjelder både nærmiljøanlegg, anlegg for idrett og anlegg og områder som stimulerer til egenorganisert aktivitet (Kunnskapsgrunnlaget). Dette må legges vekt på i planlegging, lokalisering og utforming av boområder, skoler og barnehager, møteplasser og nye anlegg og områder for aktivitet og rekreasjon.

Anleggsutvikling er et konkret virkemiddel for økt fysisk aktivitet for alle. Den enkeltes mulighet til å drive med idrett og fysisk aktivitet har sammenheng med en rekke strukturelle forhold, som blant annet tilgang og tilgjengelighet til anlegg (Kunnskapsgrunnlaget). Østfold har et stort etterslep på anleggsbygging for å kunne møte befolkningens behov for ordinær treningstid i idrettslagene i tillegg til å kunne tilby ledig tid til personer/grupper som ikke er deltagere i et idrettslag.

I tillegg til generelt høyere byggeaktivitet for anlegg, vil også anlegg som tilrettelegger og stimulerer til aktivitet for de målgruppene som ikke oppfyller anbefalingene om fysisk aktivitet kunne ha stor effekt. Vi har lite kunnskap om hvilke typer anlegg som mobiliserer inaktive, og forskning på dette etterlyses.

Deltakelse i idrett og fysisk aktivitet er i stor grad avhengig av tilrettelagte arealer og anlegg. For at flest mulig skal kunne delta må det være variasjon i anleggstyper, samtidig som anleggene ligger lett tilgjengelig i nærmiljøet. Det må bygges anlegg for konkurranseutøvelse samtidig som det skal legges til rette for lavterskelaktivitet og egenorganiserte aktiviteter. Mangel på idrettsanlegg og dermed treningstid i idrettsanleggene, kan være en forklaring til at østfoldinger driver mindre med

organisert aktivitet enn landsgjennomsnittet. Liten kapasitet kan gi lange ventelister for organisert idrett for barn- og unge, og begrense eventuelle tilbud for voksne og eldre.

Det forventes i årene som kommer flere rehabiliteringsprosesser på idrettsanlegg i Østfold, og i særlig grad på kunstgressbaner, der det er bygd hele 33 større eller mindre baner de siste 10 årene.

Nærhet til friluftslivsområder er en forutsetning for praktisk friluftsliv. Dette gjelder spesielt for de yngste og de eldste. Mer enn 50 % av oss lar være, dersom vi må gå mer enn 10 minutter til et grøntområde (Kunnskapsgrunnlaget).

Friluftslivet består av en rekke aktiviteter, med ulike behov for naturområder og tilrettelegging. Variasjonsmulighetene begrenses kun av den enkeltes fantasi og kunnskap. Det er derfor viktig å ha områder og anlegg tilgjengelig for ulike former for friluftsliv. Alt fra korte, belyste rundløyper i nærmiljøet til gjennomgående stier, fra godt tilrettelagte rasteplasser til villmark uten annen tilrettelegging enn et kart. Ulike interesser, ferdighetsnivåer og livsfaser har ulike behov for områder og anlegg, og det er viktig for å opprettholde interessen at alle finner områder eller anlegg tilpasset sine preferanser.

I forrige friluftslivsmelding (St. meld 39 (2000-2001) Friluftsliv - Ein veg til høgare livskvalitet) ble det foreslått at alle kommuner med tettstedsnære markaområder skulle ha en markagrense og en plan for forvaltning av marka innen 2006. Også den gjeldende friluftslivsmeldingen (St. meld. 18 (2015-2016) Natur som kilde til helse og livskvalitet) omhandler markagrenser, om enn ikke like ambisiøst: «Regjeringen vil oppfordre kommunene til å markere langsiktige utbyggingsgrenser mot markaområdene ved bruk av hensynssoner». I Østfold har Hobøl, Fredrikstad, Hvaler og deler av Sarpsborg markagrenser eller hensynssoner for friluftsliv.

Regional transportplan (RTP) har målsettinger



INNSATSOMRÅDE

## 02

## VARIERTE ANLEGG, OMRÅDER OG FERDSLSÅRER

- Østfold ligger på landsgjennomsnittet i anleggsdekning for idrettsanlegg
- Lokale idretts-, friluftslivs- og nærmiljøanlegg dekker behovet for organisert og egenorganisert fysisk aktivitet
- De regionalt viktige friluftsområdene er sikret som tur- og rekreasjonsområder
- 80 % av barn og unge går eller sykler til skolen, og 10 – 20 % av befolkningen i byer og tettsteder sykler til jobb



SLIK VIL VI HA DET

og strategier for både gange og sykling, for å bidra til å øke andelen som går eller sykler til skole, jobb og fritidsaktiviteter. En av strategiene er å skille syklistene og gående, for å øke sikkerhet for begge parter. Tiltak skal i følge RTP prioriteres på strekninger med størst potensiale for økt gange og sykling, og pakker av tiltak, herunder økonomiske bidrag skal gis til kommuner som tilrettelegger for syklende og gående. Trygge veier for gående og syklende har stor betydning for å kunne velge fysisk aktiv transport som et vanlig alternativ. Alle anlegg skal være utformet for å ivareta universell utforming, slik at personer med nedsatt funksjonsevne også kan delta i idrett og fysisk aktivitet på egne premisser.

### 3.3 Prinsipper for lokalisering, areal- og virkemiddelbruk

Prinsipper for anleggsutvikling, arealdisponering og lokalisering knyttet til nybygging av anlegg er vist i kapittel 5 i denne planen. I samarbeid med organisasjonene og kommunene har Østfold fylkeskommune utarbeidet disse prinsippene, som er blitt kalt «Veivisere for anleggsutvikling, arealbruk og lokalisering», eller bare kalt «Veiviseren». Videre er det laget et sett med retningslinjer for fordeling av spillemidler til anlegg.

Bærekraftig areal- og samfunnsutvikling er et overordnet mål i fylkesplanen og er grunnlaget for føringer, retningslinjer og oppfølging av Østfoldkommunenes planlegging. Regional



planlegging skal føre Østfoldsamfunnet mot et grønt skifte. For å redusere byspredning, transportbehov og klimagassutslipp må byer og tettsteder utvikles kompakt. Dette gjelder også ved utvikling og utbedring av anlegg og arealer for fysisk aktivitet.

I forbindelse med utbygging av videregående skoler (Østfold fylkeskommunes skolebruksplan) ligger det store muligheter for en rekke synergier mellom fylkeskommune, vertskommune og idretten dersom det planlegges for dette. I Plan- og bygningsloven er også oppvekstvilkår særlig påpekt i forbindelse med utbyggingsprosjekter.

Både for å redusere transportbehov og for å imøtekomme flere og ulike behov for fysisk aktivitet bør ulike typer små og store anlegg samlokaliseres til såkalte aktivitetsparker (idrettsparker). Slike anlegg bør også ha en sosial arena

eller møteplass for å senke terskelen for bruken.

Det er kommunene og idretten som i første rekke bygger anlegg. Det bør være et tett og kunnskapsbasert samarbeid mellom aktørene som bygger anlegg. Idrettsrådene og idrettskretsen er organer som skal ha det helhetlige blikket for anleggsutviklingen i sitt område.

Østfold idrettskrets sin anleggsstrategi har følgende prioritet;

- Breddeanlegg for trening som kommunene har ansvar for å bygge og drifte.
- Større regionale anlegg som følge av skolebruksplanen.
- Regionale og interkommunale anlegg og anlegg for nasjonale og internasjonale arrangement.

Idrettskretsens prioriteringer legges til grunn i utviklingen av anlegg i Østfold.

INNSATSOMRÅDE

03

## PRINSIPPER FOR LOKALISERING, AREAL- OG VIRKEMIDDELBRUK



- Kommune- og fylkesplanleggingen benyttes aktivt til å sikre egnede områder for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet
- Innbyggerne har lett tilgang til et mangfold av gode områder for lek, idrett og friluftsliv



## Hjelmkollen i flott turvær



Foto: Visit Østfold / Østfold fylkeskommune



### 3.4 Kunnskap og innovasjon

Kunnskapsgrunnlaget for Østfold om idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet ligger til grunn for arbeidet med planens målsettinger, strategier og tiltak. Dette kunnskapsgrunnlaget vil bli oppdatert og koordinert med helseoversikten «Oss i Østfold» (ØFK).

Kunnskap om aktivitetsnivået i befolkningen er god på nasjonalt nivå, men foreløpig begrenset på regionalt nivå. Når det gjelder organisert idrett så gir aktivitetstallene til NIF en pekepinn på idrettsaktiviteten i Østfold sammenlignet med andre fylker i landet. Svakheten med aktivitetstallene som NIF opererer med er at noen, og kanskje særlig barn og unge deltar i flere idretter, noe som gjør at disse personene derfor telles flere ganger.

Kunnskap om anleggsdekningen er også sammenlignbart både på lokalt- og regionalt nivå, igjennom NIF og KUD sin årlige gjennomgang av spillemiddelsøknadene (Spillemidler til idrettsanlegg 2016). Svakheten med denne er at den er avhengig av at anleggsidrettsregisteret er oppdatert og uten feilregistreringer. Modellen som brukes til å måle anleggsdekning er basert på vektning av et utvalg typer anlegg, noe som ikke gir et komplett bilde av anleggstettheten i en kommune eller et fylke. Denne svakheten reduseres i større kommuner og fylker, mens det i små kommuner med få innbyggere eller anlegg kan gi store utslag ved feilregistreringer.

Kunnskap om hvilke tiltak som fører til økt fysisk aktivitet i befolkningen finnes i noen grad, men det er stadig behov for ny kompetanse. Forskning viser at helhetlig lokalmiljøutvikling, tiltak innen barnehage, skole og arbeidsliv, tilbud i regi av frivillige og private aktører, samt tilbud innen helsetjenesten er sentralt for å øke befolkningens aktivitetsnivå. I tillegg finnes mange erfaringer lokalt og regionalt fra det praktiske arbeidet som ikke er dokumentert med vitenskapelige metoder. Kunnskapen om hva som ligger bak ulikhet i deltakelse i idrett og fysisk aktivitet mellom ulike sosioøkonomiske grupper er mangelfull. For å styrke arbeidet med motivasjon, rekruttering og deltakelse må det forskes på disse forholdene.

Tiltak og virkemidler for å øke befolkningens aktivitetsnivå bør tilpasses lokalt, basert på forskningsbasert kunnskap, lokal erfaringsbasert kunnskap og brukermedvirkning. En rekke faktorer påvirker hvor vellykket et tiltak blir: forankring, involvering, gjennomføring, oppfølging og konteksten tiltaket gjennomføres i påvirker det endelige resultatet.

Klimaforandringene påvirker i særlig grad vinteraktiviteter utendørs, både ved at sesongen for tradisjonell vinteraktivitet forkortes, men også ved at aktivitet til fots eller på hjul kan forlenges. Det trengs kunnskap både om klimaendringenes virkning på vårt aktivitetsmønster og på hvordan vi kan tilpasse våre anlegg til den nye virkeligheten.

INNSATSOMRÅDE

# 04

## KUNNSKAP OG INNOVASJON

- Hverdagsaktivitet er en integrert del av kommunal og regional planlegging
- Østfold har god kompetanse innenfor idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet

SLIK VIL VI HA DET

### 3.5 Verdiskaping og fysisk aktivitet

Østfoldprofilerende arrangementer er et stort satsningsområde, ettersom store arrangementer kan gi økt verdiskaping gjennom god synlighet. Østfold fylkeskommune har blant annet en egen tilskuddsordning som gir støtte til arrangementer som profilerer Østfold regionalt, nasjonalt eller internasjonalt, der nettopp hensikten er å gjøre Østfold mer synlig og attraktiv. Det ligger til grunn at dette kan øke bosteds- og næringsattraktiviteten til fylket.

Det er en rekke arbeidsplasser i fylket knyttet til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv ved f.eks. treningssentra, idrettsorganisasjoner, produksjon og omsetning av idrett- og friluftstutstyr, drift av aktivitetsarenaer som f.eks.



Petter Northug deltok i Kulåsprinten

klatrepar, kursvirksomhet osv. Organisasjons-, arrangements- og lederopplæring innen idrett- og friluftslivsorganisasjoner er et viktig bidrag til fylkets samlede kompetanse. Idrettsmiljøet i seg selv er attraktivt og vil tiltrekke seg andre virksomheter innen helse relaterte tjenester som ser effekter av klyngedannelse, som for eksempel kan gjøre samarbeid og deling av kompetanse mellom forskjellige aktører mer oppnåelig. Trenings-sentrene en viktig næring i fylket, samt en viktig arena for fysisk aktivitet for mange. Særlig gjelder dette for ungdom som slutter å delta i organisert idrett, og for kvinner generelt.

Idretten i Østfold består av mange aktører som utfyller hverandre for å få det dette til. Særlig gjelder dette samspillet mellom det offentlige og det frivillige, men også det private næringslivet i større utbyggingsprosjekter og ved større idrettsarrangementer.

En stor del av reiselivet i Østfold er basert på natur, kulturminner, vandreleder og friluftsliv. Særlig gjelder dette reiselivet knyttet til hytter og campingplasser langs kysten og de store vassdragene. Tilrettelegging for friluftsliv i form av stier, badeplasser, fiskemuligheter og opplevelser knyttet til kulturminner er svært viktig for denne delen av reiselivet. Tilsammen bidrar fysisk aktivitet til økt attraktivitet for regionen.

Omfanget av idrettens frivillighet skaper også en merverdi for det norske samfunnet og er et godt bilde på idrettens nytteverdi og verdiskaping. 41 % av de som gjør frivillig arbeid i Norge gjør dette innenfor idretten. Statistisk sentralbyrå viser at det årlig legges ned 33 400 frivillige årsverk i idretten. Regner vi om dette til Østfold-forhold tilsvarer dette 120.000 personer som er engasjert i frivillig arbeid innenfor idretten, tilsvarende 1800 årsverk (Kulturdepartementet 2016).

INNSATSOMRÅDE

05

## VERDISKAPING OG FYSISK AKTIVITET

- Større arrangementer gir ringvirkninger og verdiskaping for Østfoldsamfunnet
- Muligheter til friluftsliv og fysisk aktivitet øker byenes og tettstedenes bo- og besøksattraktivitet



SLIK VIL VI HA DET





Grenserittet, Halden sentrum

Foto: @Eventfotografene/Tor Buckholm





### 3.6 Avklaring av målkonflikter

I et fylke med flere store utfordringer og begrensede ressurser vil det oppstå situasjoner der ulike samfunns mål kommer i konflikt og vi må gjøre vanskelige prioriteringer. I forbindelse med fysisk aktivitet kan dette oppstå f.eks. i forbindelse med:

- Interkommunale anlegg, der brukergruppen er spredt utover et stort geografisk område og det er vanskelig å finne en lokalisering som ikke fører til økt bilbruk.
- Mål knyttet til gange og sykling samordnes med Regional transportplan og sees i sammenheng med tilgjengelige ressurser.
- Topp kontra bredde innenfor idretten.
- Ivaretagelse av fasiliteter for de som har størst behov for økt fysisk aktivitet kontra de som er dagens brukere av fasiliteter.
- Anlegg for aktiviteter som skaper støy og støv.
- Aktiviteter i områder med viktige kulturminner og sårbare naturtyper.
- Næringsutvikling i og nær områder som brukes til friluftsliv.
- Bevaring av nærfriluftsliv i fortettingsområder.
- Naturbasert reiseliv som legger begrensinger på allmennhetens tilgang.

## Kapittel 4

# Aktørene: stat, fylke, kommune, organisasjoner, næringsliv

Staten, fylkene, kommunene, de frivillige organisasjonene og næringslivet har alle ansvar og oppgaver innenfor temaet fysisk aktivitet, på ulikt vis.

Innenfor idretten gjelder dette i særlig grad samspillet mellom det offentlige og frivilligheten, der det offentlige har ansvar for best mulig rammer gjennom bygging av aktivitets- og idrettsanlegg, og frivilligheten har ansvar for å organisere aktivitet. På lokalt nivå er det kommuner, idrettslag og idrettsråd som arbeider sammen om konkrete prosjekter og tiltak, mens det på regionalt nivå hovedsakelig er idrettskretsen og fylkeskommunen som er samarbeidsaktørene.

### 4.1 Føringer for fylkeskommunale oppgaver

Fylkeskommunen er gjennom Plan- og bygningsloven pålagt å sørge for at det innenfor fylkets område utføres en løpende fylkesplanlegging som skal samordne statens, fylkeskommunens og hovedtrekkene i kommunenes fysiske, økonomiske, sosiale og kulturelle virksomhet i fylket.

Fylkeskommunen har tre hovedtyper av virkemidler for å følge opp oppgaver knyttet til idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet:

- Normative (samfunnsplanlegging, rådgivning og veiledning, samhandling, oppfølging av fylkesplanen mm)
- Juridiske (forvaltning av lovverk, herunder Kunnskapsløftet)
- Økonomiske (statlige midler som spillemidler og friluftslivsmidler, fylkeskommunale midler som regionale folkehelsemidler, friluftslivsmidler, miljømidler, samferdselsmidler)

#### Fylkeskommunens arbeidsområder innenfor idrett og anlegg

Det meste av fylkeskommunens ansvar innenfor idrettsfeltet handler om forvaltning av spillemiddelordningen. Spillemidler til bygging av idrettsanlegg er kanskje det viktigste virkemiddelet det offentlige har for å legge til rette for at alle som ønsker det skal ha mulighet til å delta i idrett eller egenorganisert fysisk aktivitet.

Østfold fylkeskommune har også en egen tilskuddsordning til interkommunale idrettsanlegg som skal stimulere kommuner til å samarbeide om bygging av idrettsanlegg med regional betydning.

Østfold fylkeskommune er en regional utviklingsaktør som sammen med Østfold idrettskrets og kommunene skal skape og legge forholdene best mulig til rette for idrett og fysisk aktivitet for alle innbyggere i Østfold. Arbeidsoppgaver knyttet til dette er veiledning og kompetanseheving, deltakelse i prosjekter og forvaltning av andre tilskuddsordninger.

#### Fylkeskommunalt ansvar innenfor friluftsliv

Fylkeskommunen skal bidra i prosessen med å sikre friluftslivsområder og tilrettelegge disse, ivareta allemannsretten og bidra til å motivere og stimulere til friluftsliv. Fylkeskommunens rolle i friluftslivsarbeidet er nærmere fastlagt i friluftsloven § 22.

Oppgaver som fylkeskommunen skal prioritere innenfor friluftsliv:

- Ivareta friluftslivsinteressene i regional og kommunal planlegging, med særlig fokus



på viktig grønnstruktur i og ved byer og tettsteder. Det skal legges stor vekt på det kommunale selvstyret, og bruk av innsigelse skal begrenses til tilfeller der kommunale planer klart er i konflikt med nasjonal politikk.

- Bidra til å sikre og tilrettelegge arealer for friluftslivsformål i pressområder, herunder stimulere kommunene til å fremme søknader om statlig økonomisk medvirkning til sikring av friluftslivsområder, og gi faglige vurderinger av disse søknadene.
- I samarbeid med kommunene, frivillige organisasjoner og andre, bidra til å stimulere fylkets innbyggere til helsefremmende og miljøvennlig friluftslivsaktivitet.
- Være pådriver overfor kommunene for å få gjennomført kartlegging og verdsetting av friluftsområder i hele fylket. Kartlegging og verdsetting skal skje i henhold til Miljødirektoratets veileder M98-2013: Kartlegging og verdsetting av friluftslivs-områder.
- Følge opp Nasjonal handlingsplan for statlig sikring og tilrettelegging av friluftsområder, blant annet ved å fordele tilskudd for tilrettelegging av de sikrede områdene og ha regionalt ansvar for at det utarbeides forvaltningsplaner for områdene.
- Følge opp Meld. St. 18 (2015-2016) Friluftsliv – Natur som kilde til helse og livskvalitet.
- Bidra til å gjøre kommuner og frivillige organisasjoner kjent med tilskuddsordningene på friluftslivsområdet.

Fylkeskommunen har ansvar for forvaltningen av høstbare, ikke truede arter av vilt- og innlandsfisk (Innst. O. nr. 30 (2008–2009)), jf. viltloven og lakse- og innlandsfiskloven.

Prioriterte oppgaver er:

- Utøve myndighet i samsvar med forskrifter om jakt- og fangsttider og forvaltning av hjortevilt.
- Gi kommuner og organisasjoner, bedrifter og enkeltpersoner bistand, råd og veiledning i saker om viltforvaltning.
- Forvalte artene av innlandsfisk som innlandsfiskeforskriften § 2 tillater fiske etter.

- Ivareta hensynet til lokale bestander ved gjennomføring av vassdragstiltak og kultivering av innlandsfisk og i regional areal- og transportplanlegging.
- Integre forvaltningen av innlandsfisk i den helhetlige vannforvaltningen, jf. vannforskriften, vannressursloven og lakse- og innlandsfiskloven.
- Stimulere til bruk av Hjorteviltportalen ([www.hjortevilt.no](http://www.hjortevilt.no)) og sørge for at kommunene registrerer fallvilt i hjorteviltregisteret.

### **Fylkeskommunens arbeidsoppgaver innenfor folkehelse**

Fylkeskommunens ansvar i folkehelsearbeidet er bl.a. forankret i Folkehelseloven, gjennom regional utvikling og planlegging, forvaltning, tjenesteyting og tiltak. Fylkeskommunen skal understøtte folkehelsearbeidet i kommunene og være pådriver for, og samordne folkehelsearbeidet i fylket.

I Østfold har fylkeskommunen tatt et særlig ansvar for folkehelselovens prinsipp om «Helse i alt vi gjør», gjennom arbeidet med helsefremmende barnehager, grunnskoler og videregående skoler, der fysisk aktivitet er ett av flere viktige element, samt gjennom arbeidet med Helsefremmende lokalsamfunn, byutvikling og utjevning av sosial ulikhet.

### **Fylkeskommunens ansvar for transportplanlegging og utvikling**

Fylkeskommunen har ansvaret for kollektivtrafikk og fylkesveier, inkludert gangveier og sykkelveier. Fylkeskommunen er fylkets største veieier med ansvar for forvaltning, drift, vedlikehold og utbygging av fylkesvegene. Den daglige utøvelsen av disse oppgavene er lagt til Statens vegvesen/sams vegadministrasjon.

Fylkeskommunene har i hovedsak ansvaret for all lokal kollektivtransport, med unntak av jernbanen og infrastruktur på riksveg og kommunal veg. Ansvaret til fylkeskommunene omfatter planlegging og drift, men også investeringer i fylkeskommunal infrastruktur som fylkesveger og lokale baneløsninger. Fylkeskommunen tildeler dessuten løyve til



Kalnes videregående skole

ekspressbussruter, og har ansvar for skoletransport og annen tilrettelagt transport (TT-transport).

Byområdene vokser og antall reiser som skal avvikles daglig øker kraftig. God måloppnåelse i byområdene forutsetter en omfattende satsing og godt samarbeid mellom staten, kommuner, fylkeskommuner og på tvers av sektorer. Det økte transportbehovet skal møtes med økte bevilgninger til veg, jernbane, gang- og sykkelveg, store statlige bidrag til kollektivtrafikken i de største byene og et mer strategisk samarbeid med kommunene gjennom byvekstavtaler og bypakker. I Østfold er Nedre Glomma aktuell for byvekstavtale. I andre byområder er det aktuelt med bypakker; samarbeidsavtalen for areal- og transportutvikling i Mosseregionen har mål om en helhetlig bypakke.

#### Fylkeskommunens ansvar for videregående opplæring

Østfold fylkeskommune er skoleeier og -driver av 11 videregående skoler og Skjeberg folkehøgskole. Alle elever skal ha to timer kroppsøving hver uke, formålet i kroppsøvingsfaget er blant annet bevegelsesglede og få kunnskap og erfaring med fysisk aktivitet slik at man velger å fortsette med fysisk aktivitet også etter skolegangen. Det er spesielt viktig for elever på yrkesfag, som forbereder seg til et praktisk yrke, å ha god fysisk form, samt å kunne grunnleggende prinsipper for gode arbeidsstillinger.

For å imøtekomme behov for fysisk aktivitet i skoletiden må skolebyggene tilpasses til aktivitetene. Videre må fagplaner og fagkompetanse hos de som jobber i skolen tilpasses slik at de kan legge til rette for å skape bevegelsesglede og livslang motivasjon for fysisk aktivitet.

#### Fylkeskommunens ansvar som anleggseier og eiendomsforvalter

Østfold fylkeskommune eier og forvalter 11 skolebygg, og en rekke andre eiendommer. fylkeskommunen har også noe ubebygde eiendom ved Kalnes videregående skole. Dette gir fylkeskommunen noen muligheter til å stimulere til fysisk aktivitet, gjennom å:

- Sørge for at så mange som mulig av våre bygg er åpne for aktivitet også på kveldstid, og at vi har gratis utleie av lokaler for barn og unge.
- Utforme nye og renoverte bygninger og uteområder slik at de stimulerer til fysisk aktivitet og flerbruk.
- Lokalisere nye bygg i samsvar med «Veiviseren».
- Bevare viktige friluftsområder

Østfold fylkeskommune skolebruksplan sier at man skal legge til rette for samlokalisering, sambruk og flerbruk både internt i skolen og mellom skolen og andre virksomheter. Videre er det en ambisjon i skolebruksplanen å bidra til en positiv stedsutvikling og legges til rette for å bedre lokalsamfunnets muligheter til kulturelle aktiviteter og opplevelser.

## 4.2 Føringer for kommunene

Kommunene er tilsammen den største og viktigste offentlige aktøren når det gjelder idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet. Når regionale og kommunale planer har felles mål og prioriteringer vil begge få større gjennomslagskraft.

Regionale planer skal være retningsgivende for kommunal planlegging og virksomhet (PBL§8.2). I praksis betyr dette at:

- Når fysisk aktivitet skal behandles i kommuneplanenes samfunns- og arealdeler og i relevante kommunedelplaner skal «Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet» gi føringer for innholdet, og planer vil bli vurdert i forhold til denne i høringsprosesser.
- Prosjekter og tiltak kommunene gjennomfører på området må være i samsvar med mål og prioriteringer i «Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet» for å motta fylkeskommunal støtte.
- Ved behandling av reguleringsplaner som berører fysisk aktivitet vil «Regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet» være en del av vurderingsgrunnet for tiltaket.
- Det er en gjensidig forpliktelse mellom kommunene, fylkeskommunen og andre samfunnsaktører til å delta i samarbeid om prioriterte mål og tiltak i den regionale planen.

Det kommunale bidraget til idrett er 2,5 ganger det statlige bidraget (som også er inkludert spillemidler som fylkeskommunene forvalter). Dette betyr at kommunene har større innflytelse på idrettsaktivitet enn fylkeskommunen har, selv om fylkeskommunen har ansvaret for overordnet plan og forvaltning av spillemidler. Det betydelige kommunale bidraget bør synliggjøres i kommunale planer om idrett.

## 4.3 Føringer for interesseorganisasjoner og næringslivet

Regionale planer er ikke begrenset til offentlig virksomhet. Samarbeid med interesseorganisasjoner, frivillige og næringslivet er også helt nødvendig for å nå felles mål. Slikt sam-

arbeid bør komme i stand gjennom arrangement, aksjoner og prosjekter som har til hensikt å fremme fysisk aktivitet. Fylkeskommunen bør spille en koordinerende rolle i dette samarbeidet.

Medlemsorganisasjonene i idretten og friluftslivet er de største frivillige organisasjonene i Østfold, og fylkeskommunen er avhengig av et tett og godt samarbeid med disse organisasjonene for å skape resultater. Frivillige organisasjoner har et stort bidrag til samfunnet gjennom omfattende frivillig innsats som skaper egenverdi for den enkelte, så vel som nytteverdi for samfunnet. Frivillige organisasjoner er også en viktig arena for læring og utvikling av kompetanse, og i idrettslagene handler frivilligheten om å ta en deltagerrolle, der enhver bidragsyter er med på å skape tilbud til felleskapet.

Idrettens egengenererte inntekter til idrettsaktivitet og anlegg er 3,5 ganger større enn det statlige bidraget.

Næringslivet er viktige bidragsytere til fysisk aktivitet som arbeidsgiver, sponsor, tilrettelegger, samarbeidspartner i prosjekter, som arrangør og som tilbyder av produkter, tjenester og aktiviteter for idretten og friluftslivet.

Regional plan for fysisk aktivitet gir føringer for næringslivet gjennom:

- Hvilke prosjekter og arrangementer det er aktuelt å samarbeide om, og som kan få offentlig regional medfinansiering.
- Omfang av og type anlegg for fysisk aktivitet som skal bygges, og som bygg- og anleggsbransjen påvirkes av.
- Tilbud og prosjekter som påvirker arbeidstakeres helse og muligheter til fysisk aktivitet.
- Tilrettelegging for naturbasert reiseliv og opplevelsesnæring.
- Synergieffekter ved lokalisering av anlegg.





Råde BMX-bane

Foto: Jarle Vegar Grønberg Brynildsen

# Retningslinjer for anleggs- utvikling, arealbruk og lokalisering

Av de økonomiske virkemidlene som det offentlige rår over er statlige spillemidler (tippemidler) de desidert største i volum. Det er derfor nødvendig at disse gis spesiell oppmerksomhet. I samarbeid med aktørene er det utviklet et sett med retningslinjer for kommuner, organisasjoner og andre som skal planlegge, utvikle og søke støtte til anlegg.

Denne er kalt «Veivisere for anleggsutvikling, arealbruk og lokalisering», eller i kortform «Veiviseren». Videre er det laget et sett med retningslinjer for fylkeskommunens arbeid med fordeling av spillemidler, kalt «Regionale kriterier». «Veiviseren» bygger på prinsipper om arealeffektivitet, transporteffektivitet, brukseffektivitet, miljø og utjevning av sosial ulikhet mellom grupper i befolkningen. «Veiviseren» bør benyttes som en veileder og arbeidsdokument.

### VEIVISERE

## VEIVISERE FOR ANLEGGsutvikling, AREALBRUK OG LOKALISERING

- Anlegg lokaliseres etter en behovs- og helhetsvurdering, i samarbeid mellom kommunen, organisasjoner og lokalmiljøet.
- Aktivitetsområder skal alltid være vurdert tilrettelagt for flere ulike typer aktiviteter. Sambruk og samlokalisering med skoler og eksisterende anlegg skal alltid vurderes.
- Arealer for bevegelsesglede for barn og unge i nærmiljø og skoler prioriteres.
- Tilstreb universelt utformede og godt tilrettelagte utendørs- og innendørsområder og anlegg i og rundt byer og tettsteder.
- Anlegg skal være miljøvennlig og energieffektive, samtidig som et godt innemiljø ivaretas.
- Utvikle aktivitetsområder/-anlegg som oppleves som engasjerende og inviterende med lav terskel for deltakelse i trygge omgivelser.
- Prioriter løsninger som gir korte gang- og sykkelavstander og effektiv samordning mellom miljøvennlige transportvalg, og tilstrebe at friluftsområder og utfartsområder med stor bruk har kollektivdekning samt parkeringsmuligheter for sykkel og bil.
- Ivareta allemannsretten i utmark, samt sikre grønne strukturer med varierte naturkvaliteter og arealer egnet for naturopplevelser, idrett og fysisk aktivitet i byer og tettsteder.





For å sikre en forutsigbar og rettferdig behandling av søknader om spillemidler er det utviklet et sett med regionale kriterier for fordeling av spillemidler. Dette er retningslinjer for de som skal fordele støtte til anlegg. Regionale kriterier legges til grunn for fordeling av spillemidler i Østfold. Kriteriene bygger på «Veiviseren» (over) og Kulturdepartementets bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Det er ingen prioriteringsrekkefølge mellom kriteriene.

#### VEIVISERE

## REGIONALE KRITERIER FOR FORDELING AV SPILLEMIDLER

- Interkommunale anlegg skal prioriteres ved fordeling av den årlige spillemiddelrammen.
- Nærmiljøanlegg og friluftslivsanlegg prioriteres med minimum 15 % av den årlige spillemiddelrammen.
- Kommunenes vedtatte prioritering følges som hovedregel ved tildeling.
- Kommunenes samlede godkjente søknadssum vektlegges ved tildeling.



SLIK VIL VI HA DET

Det er laget særskilte retningslinjer for fordeling av Østfold fylkeskommunes egne midler, som f.eks. friluftslivsmidler og folkehelsemidler.



## Kapittel 6

# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

Hovedmål for planen «Østfold i bevegelse» er «Økt fysisk aktivitet for alle». Innsatsområder med delmål («Slik vil vi ha det») ble presentert i avsnitt 3. På side 40 og 41 vises handlingsprogrammet for økt fysisk aktivitet i Østfold for den første fire-årsperioden (2018–2021), med forslag til oppstartsår og ansvar for gjennomføring.

Mange tiltak er allerede i gang og videreføres. Disse er beskrevet som «kontinuerlig» (pågår hele tiden) eller «årlig» (gjennomføres hvert år). Tiltakene i handlingsprogrammet må til enhver tid finansieres gjennom årlige økonomiplaner og budsjett.

### VEIVISERE

## MED ØKT FYSISK AKTIVITET FOR ALLE FORSTÅR VI:

- Alle i Østfold skal oppleve glede, mestring og trivsel ved å være i fysisk aktivitet.
- Befolkningen i Østfold skal ha mulighet til å delta i idrett og treningsaktivitet ut fra egne ønsker og forutsetninger.
- Folk i Østfold har tilgang til natur og nærmiljø til rekreasjon, opplevelse og utfordrende aktivitet.







# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

## Innsatsområdet "Aktiv hele livet"

### DELMÅL

#### SLIK VIL VI HA DET (DELMÅL)



SLIK VIL VI HA DET

- Alle har mulighet til fysisk aktivitet i hverdagen hele livet
- Alle barn og unge har lik mulighet til fysisk aktivitet
- Arbeidslivet og organisasjonene er innrettet slik at de bidrar til økt fysisk aktivitet
- Østfold ligger på landsgjennomsnittet av Norges Idrettsforbunds aktivitetstall

### STRATEGIER

#### I ØSTFOLD VIL VI (STRATEGIER)



I ØSTFOLD VIL VI

- skape kultur for fysisk aktivitet
- styrke idretten med fokus på rekruttering, inkludering og å redusere frafall
- ha mulighet til å utøve mange ulike former for friluftsliv i nærmiljøet, hele året
- tilrettelegge barnehager og skoler for bevegelsesglede og fysisk aktivitet
- tilrettelegge byer og tettsteder for gange og sykling

Tiltak	Hovedansvar	Samarbeids- partnere	Oppstart
Ha gode møteplasser for informasjonsutveksling og idémyldring på regionalt nivå, og informere på mange plattformer om mulighetene for idrett og friluftsliv	Fylkeskommunen	Organisa- sjoner	Kontinuerlig
Etablere samarbeidsavtaler mellom det offentlige og frivillige organisasjoner for å sikre god medvirkning i kommunale saker som gjelder idrett og friluftsliv	Kommuner, fylkeskommunen		2018
Sikre finansieringsordninger for gode aktivitetstiltak i regi av frivillige organisasjoner	Kommuner og fylkeskommunen		Kontinuerlig
Etablere en funksjon for en idretts-, friluftslivs-, natur- veilednings- og/eller fysisk-aktivitets-koordinator	Fylkeskommunen, kommuner	Grunneiere	2018
Prioritere anlegg for naturopplevelse, bevegelsesglede og fysisk aktivitet i tilknytning til barnehager og skoler	Fylkeskommunen og kommuner		2019
Samarbeide med Olympiatoppen øst for å utvikle kompetente treningsmiljøer i lokallagene	Østfold idretts- krets		Kontinuerlig
Prioritere aktivitetstilbud og anlegg for inaktive, for nye idretter og for grupper som ikke har anlegg tilpasset sine behov	Fylkeskommunen		Kontinuerlig
Tilrettelegge for basisferdigheter i idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i barnehage og skole	Fylkeskommunen, kommuner	Organisa- sjoner	Årlig
Videreutvikle og synliggjøre Turkart Østfold som plattform for gode turopplevelser	Fylkeskommunen	Organisa- sjoner, næringsliv	Årlig
Skoler og barnehager legger til rette for minst en time fysisk aktivitet daglig	Fylkeskommunen, kommuner		Kontinuerlig
Utvikle tiltak som bidrar til redusert ulikhet i fysisk aktivitet; Utstyrssentraler for idrett og friluftsliv, gratis treningstid i offentlig eide anlegg, forsterke arbeidet med fysisk aktivitet for mennesker som står utenfor arbeidslivet	Kommunene, fylkeskommunen		2018
Prioritere traseer for sykkel og gange som gjør dette til de mest effektive transportformene i nærmiljøet, og sikre grønne forbindelseslinjer fra by- og boområder til natur og friluftsområder	Kommuner, fylkeskommunen		2018
Det bør legges til rette for fysisk aktivitet på arbeidsplassen	Kommuner, fylkeskommunen, næringslivet	Statens vegvesen	2018



# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

## Varierte anlegg, områder og ferdselsårer

### DELMÅL

#### SLIK VIL VI HA DET (DELMÅL)

- Østfold ligger på landsgjennomsnittet i anleggsdekning for idrettsanlegg
- Lokale idretts-, friluftslivs- og nærmiljøanlegg dekker behovet for organisert og egenorganisert fysisk aktivitet
- De regionalt viktige friluftsområdene er sikret som tur- og rekreasjonsområder
- 80 % av barn og unge går eller sykler til skolen, og 10 – 20 % av befolkningen i byer og tettsteder sykler til jobb



SLIK VIL VI HA DET

### STRATEGIER

#### I ØSTFOLD VIL VI (STRATEGIER)

- øke anleggsdekningen for idrettsanlegg
- benytte «Veiviseren» (kap 5) i all veiledning, planlegging og prioritering av anlegg for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet
- sørge for at alle har tilgang til et helårs friluftsområde nær der de bor
- bidra til god tilgang til jakt og fiske
- tilrettelegge for sammenhengende nett for gange og sykling for reiser til arbeid, skole og fritidsaktivitet



I ØSTFOLD VIL VI

Tiltak	Hovedansvar	Samarbeids- partnere	Oppstart
Anlegg som imøtekommer nasjonale og internasjonale krav prioriteres	Fylkeskommunen, kommunene	Organisasjoner	Kontinuerlig
Videreføre tilskuddsordningen «Stimuleringsmidler til interkommunale idrettsanlegg»	Fylkeskommunen		2018
Prioritere anleggstyper som det er underdekning på i fylket, som f.eks. svømmeanlegg	Fylkeskommunen, Østfold idrettskrets		Kontinuerlig
Samarbeide med grunneiere om best mulig tilrettelegging av tur- og rekreasjonsområder	Fylkeskommunen, kommuner, organisasjoner	Grunneiere	2018
Lage eksempelsamling om nærmiljøanlegg og mindre anlegg for friluftsliv for søkere av spillemidler	Fylkeskommunen		2019
Utvikle alternative innfyllingsmaterialer for kunstgressbaner eller innfyllingsfrie baner	Fylkeskommunen, kommuner		Kontinuerlig
Prioritere nærmiljøanlegg for flerbruk og friluftsliv i nærheten av skoler og barns oppvekstområder	Fylkeskommunen, kommunene		Kontinuerlig
Identifisere og utvikle regionalt viktige friluftsområder og ferdselsårer og vurdere statlig sikring av områder og ferdselsårer med stor bruksverdi for befolkningen	Fylkeskommunen, kommunene	Organisasjoner	Årlig
Skilte, merke og lyssette stier og veier fra sentrum og trafikkknutepunkter til friluftslivsområder og idrettsanlegg	Kommuner, fylkeskommune	Organisasjoner, næringsliv	Årlig
Fremme bærekraftig jakt og fiske som viktige deler av friluftslivspolitikken	Fylkeskommunen, kommuner, organisasjoner		Kontinuerlig
Skille tilbud for syklister og gående, der potensialet for antall syklister er høyest og det er mange gående på samme areal	Fylkeskommunen, Statens vegvesen, kommuner		2018
Vurdere enklere løsninger for syklister på bakgrunn av framkommelighet for syklister og trafiksikkerhet	Fylkeskommunen		2018
Kartlegge «missing links» på gangveier og sykkelveier, tilknyttet skoleveier og arbeidsveier	Kommuner og fylkeskommunen	Statens vegvesen	2018



# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

## Prinsipper for lokalisering, areal- og virkemiddelbruk

### DELMÅL

#### SLIK VIL VI HA DET (DELMÅL)



- Kommune- og fylkesplanleggingen benyttes aktivt til å sikre egnede områder for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet
- Innbyggerne har lett tilgang til et mangfold av gode områder for lek, idrett og friluftsliv

### STRATEGIER

#### I ØSTFOLD VIL VI (STRATEGIER)



- benytte «Veviseren» og «Regionale kriterier for tildeling av spillemidler» (kapittel 5)
- benytte regionale kriterier i andre tilskuddsordninger
- ta vare på og tilgjengeliggjøre regionale friluftsområder
- skape gode parker, byrom og boområder som oppmuntrer til fysisk aktivitet
- sikre god balanse mellom bruk og vern av kulturminne- og naturområder



Tiltak	Hovedansvar	Samarbeids- partnere	Oppstart
Lokalisere anlegg og områder for fysisk aktivitet nær skoler, sentrum og boområder og som er tilknyttet eksisterende struktur for kollektiv, sykkel og gange	Fylkeskommunen		Kontinuerlig
Samarbeide på tvers av kommunegrenser om interkommunale anlegg.	Fylkeskommunen	Kommuner, organisasjoner	Kontinuerlig
Nasjonale og regionale publikumsrettede anlegg lokaliseres ut fra en regional helhetsvurdering	Fylkeskommunen, nasjonale myndigheter	Kommunene	Kontinuerlig
Involvere barn og unge ved rullering av kommunale planer, og ved planlegging av anlegg ved skoler og i barns oppvekst-områder	Kommunene	Fylkeskommunen	Kontinuerlig
Kartlegge og verdsette alle friluftslivsområdene i kommunene, og lage sti- og løypeplaner i alle kommuner	Kommunene, fylkeskommunen	Nasjonale myndigheter, organisasjoner	2019
Sikre svært viktige friluftsområder for ettertiden ved oppkjøp eller servituttavtaler	Kommunene	Fylkeskommunen, nasjonale myndigheter, organisasjoner	Kontinuerlig
Utarbeide forvaltningsplaner for de regionale friluftslivsområdene	Fylkeskommunen		2019
Sikre tilgang til hav, innsjø og elv, gjennom transportplanlegging og arealplanlegging for strandsoner	Kommunene, fylkeskommunen		Kontinuerlig
Benytte områder med tilrettelagte kulturminner til fysisk aktivitet og undervisning	Kommuner, fylkeskommunen	Organisasjoner	2018
Planlegge for tilstrekkelige og mangfoldige leke- og uteoppholdsarealer av høy kvalitet i sentrumsområder gjennom bruk av utbyggingsavtaler, rekkefølgebestemmelser og helhetlige planer	Fylkeskommunen, kommuner	Næringslivet	Kontinuerlig
Evaluere «Veiviseren» og «Regionale kriterier for tildeling av spillemidler» etter to års bruk	Fylkeskommunen	Kommunene og organisasjonene	2020



# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

## Kunnskap og innovasjon

### DELMÅL

## SLIK VIL VI HA DET (DELMÅL)



- Hverdagsaktivitet er en integrert del av kommunal og regional planlegging
- Østfold har god kompetanse innenfor idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet
- Arbeidslivet og organisasjonene er innrettet slik at de bidrar til økt fysisk aktivitet

### STRATEGIER

## I ØSTFOLD VIL VI (STRATEGIER)



- forankre hverdagsaktivitet i kommuneplaner, kommunedelplaner og regionale planer
- bygge god kompetanse og kapasitet i kommunene, lag og organisasjoner på spillemiddelordningen
- bidra til at ansatte i barnehage og skole har kunnskap og ferdigheter til å legge til rette for variert fysisk aktivitet
- bidra til økt kompetanse hos tillitsvalgte og ledere innenfor idrett og friluftsansisasjoner
- at gode klima- og miljøegenskaper skal etterspørres i bygg, produkter, tjenester og arrangement

Tiltak	Hovedansvar	Samarbeids- partnere	Oppstart
Utvikle kunnskap om hvilke typer tiltak som gir mest effekt på fysisk aktivitet for ulike grupper	Fylkeskommunen	Kommuner, organisasjoner	2018
Kartlegge faktisk behov for idrettsanlegg	Fylkeskommunen, organisasjoner		2019
Videreutvikle undersøkelser blant organisasjoner og befolkningen om barrierer mot deltagelse i fysisk aktivitet	Fylkeskommunen, organisasjoner		2019
Gjennomføre kompetanseheving om spillemiddelordningen for kommunalt ansatte og for frivillige organisasjoner	Fylkeskommunen	Akershus fylkeskommune, kommunene	Årlig
Utrede mulighetene for «årets idrettstalent»	Fylkeskommunen		2019
Støtte regionalt toppidrettssenter	Fylkeskommunen		Årlig
Etterspørre gode klimaløsninger i materialer og bygningsmasse ved nybygging av anlegg	Fylkeskommunen, kommunene		Kontinuerlig
Prioritere gjenbruk, gjenvinning og miljøvennlig ressursutnyttelse på arrangementer	Alle		Kontinuerlig
Informere bredt om allemannsretten	Fylkeskommunen, kommuner	Organisasjoner	Kontinuerlig
Tilby kompetanseheving for ansatte i barnehager og skoler til å integrere uterommet og friluftsliv i undervisning og annet arbeid	Fylkeskommunen, kommunene	Østfoldhelse, organisasjoner	Kontinuerlig
Tilby kompetanseheving i interessebasert kroppsøving, aktivitetsbasert læring og friluftsliv i skolen for lærere i grunnskole og videregående skole	Kommuner og fylkeskommunene	Høgskolen i Østfold, organisasjoner	Årlig
Utarbeide kunnskap om sammenhenger mellom fysisk aktivitet, folkehelse, sosiale ulikheter og læringsresultater og konsekvenser for praksis i undervisningen	Fylkeskommunen	Kommuner	2019
Utvikle tiltaksveiledere som bidrar til økt gange og sykling	Fylkeskommunen, Statens vegvesen	Kommuner, organisasjoner Trygg trafikk, sykkelbyene	2018
Utvikle et sett med indikatorer med tilhørende ambisjonsnivå for å kunne følge med på utviklingen i arb. med tiltak og måloppnåelse	Fylkeskommunen		2019



# Handlingsprogram for økt fysisk aktivitet

## Verdiskaping og fysisk aktivitet

### DELMÅL

#### SLIK VIL VI HA DET (DELMÅL)



SLIK VIL VI HA DET

- Større arrangementer gir ringvirkninger og verdiskaping for Østfoldsamfunnet
- Muligheter til friluftsliv og fysisk aktivitet øker byenes og tettstedenes bo- og besøksattraktivitet

### STRATEGIER

#### I ØSTFOLD VIL VI (STRATEGIER)



I ØSTFOLD VIL VI

- satse på Østfoldprofilerende arrangementer og aktivitetsbasert næring
- tilrettelegge for opplevelser knyttet til natur og kulturminner
- tilrettelegge for Grønt reiseliv

Stenskulpturen "Fortidens vitner" av Alessandro Stenico i skjærgården på Hvaler.



Tiltak	Hovedansvar	Samarbeids- partnere	Oppstart
Støtte større arrangementer som profilerer Østfold	Fylkeskommunen, kommuner		Kontinuerlig
Utvikle arrangementskompetanse som gjør at flere store arrangementer legges til fylket	Organisasjoner, fylkeskommunen		Kontinuerlig
Profilere Østfold som et godt valg for aktive innen idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet	Organisasjoner, kommuner	Fylkes- kommunen	Kontinuerlig
Tilrettelegge attraksjoner og infrastruktur for satsing på friluftsliv i reiselivet	Kommuner, fylkeskommunen	Organisasjo- ner, nærings- livet	Kontinuerlig
Videreutvikle satsing på sykkelturisme i Østfold	Næringslivet, kommuner	Fylkes- kommunen	Kontinuerlig
Markedsføre Østfolds ville og vennlige natur som destinasjon	Næringslivet, destinasjons-sel- skaper	Fylkes- kommunen	Kontinuerlig
Stimulere kompetansemiljø og klyngedannelser innenfor idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet	Kommuner, næringsliv	Fylkes- kommunen	Kontinuerlig



Foto: Tone Stenbek





Grenseløse Østfold

Østfold fylkeskommune  
Postboks 220, 1702 Sarpsborg  
[www.ostfoldfk.no](http://www.ostfoldfk.no)